సాధకలోకానికి అపూర్వకానుక!

A Rare gift on the path of spiritual world

చింతింపకుము సాధకా! ఇకభయమొందకుము!

ఎంతకాలం స్నానసంధ్యాది కర్మల్లోమునిగి ఉన్నా ఫలితం లేదేమా అని, చింతిస్తున్నావా?

భక్తి అని, జ్ఞానం అని అనుసరిస్తూ, శాంతి లేదని జీవితంలో ఈదులాడుతున్నానని దుఃఖిస్తున్నావా?

ఎందరు గురువులను ఆశ్రయించినా, ఎంత సాధన చేసినా, మనస్సుకు నిలకడ లేక అలమటిస్తున్నావా?

సాధకులకు కనువిప్పుగ, కల్పతరువుగా ఉన్నది అనుభవ స్వరూపులు, "సర్వసిద్ధాంత సారభా"ది బహుగ్రంథకర్తలు అయిన

శ్రీ అనుభవానంద స్వామి

విరచిత

అనేక భాషలలో ప్రాచుర్యము పొందిన

సాధనరహస్యము

(The Secret of yoga sadhaana)

[భగవత్ సాక్షాత్కారమార్గాన్ని తెలియ జేయు అనుభవైకవేద్య గ్రంథము]

దివ్య యోగ సాధనరహస్యము

(శ్రీ స్వామి అనుభవానందుల 'సాధనరహస్య' అంతరంగ గంగాతరంగాలపై నర్తించిన చైతన్య సుధాబిందువులు)

మూలం :

'సాధనరహస్య-సర్వ సిద్ధాంత సౌరభా'ది

బహు గ్రంథ కర్తలు,

శ్రీ రామకృష్ణాశ్రమములు (బాపట్ల & భీమునిపట్నము)

సంస్థాపకులు :

పరమహంస పరివ్రాజకాచార్య

శ్రీ శ్రీ శ్రీ అనుభవానందస్వామివారు

అనుకృతి :

శ్రీ బృందావనం రంగాచార్యులు



స్వామి అనుభవానంద యోగకేంద్ర,

భీమునిపట్నము - 531 163,

విశాఖపట్నము (జిల్లా).

DIVYA YOGA SADHANA RAHASYAMU

Publication No : 36

మొదటి ముద్రణ : 1991

మూల్యము : రు. 10-00

(For the publication of Sri Swamiji's & Sri Mataji's
Un-Published Books in Various Languages)

ప్రతులు : 5,000

'SWAMI ANUBHAVANANDA YOGA KENDRA' Popularising and Propagating Spiritual Books and Devotional Stereo Music Cassettes in several languages for the guidence and enlightenment of SEEKERS OF TRUTH.

ప్రతులకు :

స్వామి అనుభవానంద యోగకేంద్ర,
భీమునిపట్నము - 531 163, విశాఖపట్నము (జిల్లా) (A.P.).

(మరియు)

శ్రీ అనుభవానంద గ్రంథమాల,
M.G. రోడ్, బాపట్ల - 522 101,
గుంటూరు (జిల్లా) (A.P.).

Type Setting & Printing :
India Block Makers,
D.T.P & Offset Printers,
Vijayawada - 3. Tel: 72295 & 62865 pp

అనుభవ సందేశము

('సాధనరహస్య' గ్రంథముకొరకు శ్రీ అనుభవానంద స్వాములవారు వ్రాసిన మూడు మరియు నాలుగు ముద్రణముల ఉపోద్ఘాతముల నుండి)

... తీవ్ర ముముక్షుత్వంతో తంటాలు పడుతూ ఉండే సర్వులకోసం కానికంతా తాను అంకితం చేసుకుంటూ, పరమేశ్వరార్పణ బుద్ధితో మొదటిసారిగా లోకంలోకి వచ్చి, తెలుగునాట అంతటా తిరిగి, ఎక్కడికి పోయినా అసంఖ్యాక విధాల పత్రికాధిపతులచేత, పండితులచేత మన్ననలను, ప్రేమాదరాలను పొందటమేకాక, సాధక హృదయాలలో గౌరవస్థానాన్నేగాక గురుపీఠాన్నికూడా అధిష్ఠించి, అలంకరించి, అనేక ముద్రణలద్వారా అధికతరమైన అందచందాలతో మన ముందుకు రావటం ఎంతో ఆనందాన్ని, ఉత్సాహాన్ని కలుగజేస్తున్నది. ఆ తల్లి ఎక్కడకు వెళ్లినా అందరిమీద తన మాతృ ప్రేమనే కురిపించి, తన బిడ్డలుగా అందర్నీ తీసుకొని ప్రేమించి, లాలించి, బోధించి, సందేహాల్నీ తీర్చి, అండదండమై అనేక విధాల ఆదర్శప్రాయంగా వెలుగొందుతున్నందుకు ఎంత సంతోషించాలో! అనేక సాధకులకు కళ్లుతెరిపించి, హృదయాలకు వెలుగునిచ్చి, నిరాశాభూతాన్ని పారద్రోలి, ఆశాబీజాల్నీ నాటి, చేదోడువాదోడుగా జిజ్ఞాసాపరులకు సహాయం చేస్తున్నదిగదా మన 'సాధనరహస్యం'! మనం ఎందుకు పుట్టాం? ఎందుకు ఉన్నాం? ఏమి సాధించాం యీ జన్మలో? అని తీవ్రంగా పర్యాలోచన చేసికొని, తగు విధానాల్ని ఆలోచించి, నిర్ణయించి, జన్మ సార్థక్యం చేసుకోమని మనలనందర్నీ ఆమె ఎలుగెత్తి ఉద్బోధిస్తున్నది. తమవలె కారణజన్ములై, జనన కారణాన్ని గ్రహించి, తమ జన్మల్ని సార్థక్యం చేసుకొని, యితర్లకుకూడా ఉపయోగపడమనేగా, మన ప్రాచీన ఋషీశ్వరుల దివ్యసందేశం! ఆ మహత్తర ఆర్షసందేశాన్ని ఆమె వాడవాడల బోధిస్తూ, సలహాలిస్తూ, సందేహాలు తీరుస్తూ ధైర్యం చెపుతూ, ముందడుగు వేయిస్తూ, అభివృద్ధిని చూపిస్తూ, ఎందరో సాధకులకు అడుగడుగునా అండదండమై, మార్గదర్శియై, తల్లియై ప్రకాశిస్తున్నది. ఈ కార్య సాధనకై ఎన్ని దేశాలు తిరిగిందో, ఎందరికి సలహాదారు అయిందో, ఇంకెందరికి గురువై రాజిల్లిందో! ఈవిధంగా సార్థక జన్మ మన సాధనరహస్యం! సర్వసాధక హృదయ వికాసక జ్యోతి మన సాధనరహస్యం!

అట్టి యీపాత్రం యిప్పుడు మరల ఎంతో ముచ్చటగా మూడో సారి లోకంలోకి సర్వాలంకారాలతో రావటాన్ని ఎవరు ప్రమోదించరు! ఆహ్వానించరు! తెలుగువారికేగాక అన్య భాషాపరులకుగూడ తాను సేవ జేసి ఉపయోగపడాలని తన ఆకాంక్షను వెలిబుచ్చుతున్నదట మన సాధనరహస్యం! తన ప్రేమ ప్రకాశానికి భాషావధులు ఉండరాదట!

అట్లు మన సాధనరహస్యం అచిరకాలంలోనే సర్వ ముముక్షుకోటిలో వ్యాప్తం అయి, అవ్యాజ ప్రేమ తత్త్వాన్ని ఎల్లరపై ప్రసరింపజేసి, సర్వతోముఖంగా సాధకసేవ జేసి, ఎంతో రమణీయకతను సార్థకతను సాధించి, సాధకులకు కామధేనువుగాను పెన్నిధిగాను రూపొంది, అధికతరంగా తన చల్లని కాంతి చంద్రికలతో సర్వత్రా ప్రకాశిస్తూ వెలుగొందుగాక అని, అందుకు మన భగవాన్ శ్రీ రామకృష్ణ దేవుడు సంపూర్ణకృపారసముతో ఆశీర్వదిస్తాడుగాక అని ఆశించి ప్రార్థిద్దాం.

పదరా - ఇక పదరా భయంబికేలను పదరా! పదరా!

లోకములోన సౌఖ్యము గలదే! లోక కాంక్షలకు నంతము గలదే!
లోకంబనగా మృగతృష్ణగా! లోకాన్వేషణ వ్యర్థమురా!
లోనిది తెలిపి భ్రాంతిని దీసి - లంఘింపవేలరా! . . .

ఇంద్రియవృత్తుల నింకగ చేసి - ఇంద్రియంబుల దాటుమురా!
ఇంద్రియంబులే మలినంబనుచు - హేయత్వంబును బాయుమురా!
ఇంద్రియాతీత సుఖముల దెలియ - ఇంద్రునికే కాదు . . .

సాధనసంపద సాధ్యము జేసి - సాధనమే నీ సర్వముగా!
సాధనలోనే మగ్నత నొంది - సౌఖ్యసౌధము నెక్కుమురా!
సాధనధనమే సంపద యనుచు - సాధింపబూనుటకై . . .

అనుపమమైన అమృతమైన - అనుభవానందము మధురమురా!
ఆ యానందము నీ జన్మములో - ఆరగింపగ రాగదరా!
ఆహాహా! దాని ఆనంద రుచులు - అవర్ణనీయమురా! . . .

పదరా - ఇక పదరా భయంబికేలను పదరా! పదరా!

ఆతడే మన దిక్కు.

ఆతడే మన గమ్యం.

అ ను భ వం.

అనుభవసన్నిధి

1944 లో, భీమునిపట్నం ఆశ్రమంలో సద్గురువర్యులు శ్రీ అనుభవానందస్వామివారితో పరిచయం ఏర్పడింది నాకు. అనేకమందికి పరిచయమున్నది శ్రీ స్వామిజీతో. కాని నా పరిచయంమాత్రం శ్రీ స్వామిజీతో దివ్యంగా పెనవేసుకొని, ఆధ్యాత్మికంగా నా జీవితం వికసించే అవకాశం కలిగిందంటే అది భగవదనుగ్రహం, శ్రీ స్వామిజీ ఆశీర్వాద ఫలితం, నా పూర్వజన్మ సుకృతం. శ్రీ రామకృష్ణ పరమహంస దేవుని అనుయాయులును, సాధనా నిష్ఠాతులును, అనుభవమూర్తియు నైన శ్రీ స్వామిజీని, సాధన విషయాలనుగూర్చి నేను ఆర్తితో ప్రశ్నించటం, తత్ఫలితంగా నాలో ముకుళించుకుని ఉన్న ఆధ్యాత్మికజ్ఞానాన్ని వారు దివ్య దృష్టితో గ్రహించటంచేతనేమో నా ప్రశ్నలకు సమాధానంగా 1946 లో, 'సాధనరహస్యము' (The Secret of Yoga Sadhana) అనే పేరుతో, నాపేరుతోనే సంబోధించి, ఉత్తరాలను వ్రాసి అందించారు. ఆ గ్రంథ పరిణామమే, ఫలితమే నా యీ ఆధ్యాత్మిక జీవితం. మార్పు ఎప్పుడూ అభివృద్ధిని, ఆనందాన్ని సూచించాలి గదా! 1947 లో నేను శ్రీ స్వామిజీ సన్నిధికి చేరుకున్నాను. ఈ 'సాధనరహస్యం' వ్రాతప్రతి మా ఆశ్రమ గ్రంథాలయంలో ఉండలేకపోయింది. 1946 లో నాకు స్ఫూర్తినిచ్చి, నాకంటే ముందు ప్రవేశించి, 1954 లో సన్యాసాశ్రమ స్వీకారం చేయనున్న నాకంటే ముందుగనే 1953 లో శ్రీ అనుభవానంద గ్రంథమాలద్వారా ముద్రితమై, దేశ సంచారం ప్రారంభించింది. అనేకమంది పండితులు, పామరులు, పాఠకులు, రచయితలు, కవులు మొదలైనవారిచే ననేక మన్ననల నందుకున్నది. అనేకమంది సాధకులచేత 'త్రికరణ శుద్ధితో సాధన చేయాలి. సాధన వేరు, ప్రవర్తన వేరు కాదు' అనే పరమ సత్యాన్ని గ్రహింపజేసింది. 'సాధనరహస్యాన్ని' ఆదర్శంగా స్వీకరించి, తమ జీవితాలను సరిజేసుకొని ఆనందించారు కొంతమంది. ఇకముందు ఎంతమందికి ఆదర్శం కానున్నదో!

శ్రీ స్వామిజీ, గుంటూరు జిల్లా బాపట్లలో, విశాఖపట్నం జిల్లా భీమునిపట్నంలో ఆశ్రమద్వయాన్ని స్థాపించారు. ఆశ్రమాలకు చక్కని నియమావళి నేర్పాటు చేశారు. ఆశ్రమాల అభివృద్ధిగాక వ్యక్తుల అభివృద్ధి ఉండాలనేదే శ్రీ స్వామిజీ దృష్టి. నిజమే. ఆశ్రమంలో కట్టడములుకాక యోగ్యుడైన వ్యక్తి అభివృద్ధి చెందితే ఆశ్రమానికి ప్రశాం

తత చేకూరుతుంది. శ్రీ స్వామిజీ పవిత్ర భావన నేటికీ కొనసా గుతూ, ఆశ్రమాలు ప్రశాంతంగా ఉన్నాయని వ్రాయటానికి ఆనందిస్తు న్నాను. 'మీ జీవితాన్ని భగవదర్పితం చేసుకోండి మాలాగ' అంటాయి శ్రీ శారదారామకృష్ణుల పాదపద్మాలపై నున్న పుష్పాలు. 'వివిధము లైన మా ఆకుల రంగులను చూచి, సృష్టికర్త అయిన భగవానుని స్మరించి, గానం చేయండి' అంటాయి క్రోటన్స్ మొక్కలు. 'మావలె నిస్వార్థంగా జీవిస్తూ, నలుగురికీ ఉపయోగపడుతూ, మీరుకూడా భగ వంతుని చేరండి' అంటాయి నీడనిస్తున్న కొబ్బరిచెట్లు. 'మేము ఒక త్రాటిని పట్టుకొని పైకి ప్రాకుతూ, పుష్పించి, అందరికీ ఆనందాన్ని కలిగించినట్లుగా మీరుకూడా దైవారాధనతో మీ హృదయ కుసుమాలను వికసింపజేసుకొని, అందరికీ ఆనందాన్ని అందించండి' అంటాయి ప్రాకు తున్న లతలు. ఆశ్రమ వాతావరణంలో సాధకులు కన్ను మూసుకొని కూర్చుంటే చాలు మనస్సుకు శాంత్యానందాలు లభిస్తాయి. ఇది శ్రీ అనుభవానంద స్వాములవారు సర్వ సాధకలోకానికి యిచ్చిన అనుగ్రహ భిక్ష.

ఇటువంటి ఆశ్రమంలో, శ్రీ రామకృష్ణ దేవుని జయంతి సంద ర్భంలో ఉపన్యసించటానికి వచ్చారు పండితులు శ్రీ బృందావనం రంగా చార్యులుగారు. శ్రీ స్వామిజీకీ, నాకుకూడా వారు చిరపరిచితులు. మన 'సాధనరహస్యం' గేయ రచన చేయిస్తే బాగుంటుందనిపించింది. నా యీ సంకల్పాన్ని శ్రీ రంగాచార్యులుగారికి చెప్పాను. 'తప్పక చేస్తానమ్మా! ఇది శ్రీ స్వామిజీ ఆదేశం' అన్నారు. 'సాధనరహస్యం' యిచ్చాను. శ్రీ స్వామిజీ వ్రాసిన 'సాధనరహస్యం' లోని భావప్రవా హాన్ని అర్థం చేసుకుని, కమ్మని భాషలో పేర్చి, చక్కని పదజాలంతో కూర్చి, క్రమంలో అమర్చి, మధురత్వాన్ని నింపి, నేర్పుతో, ఓర్పుతో, శ్రీ స్వామిజీ ఆశీర్వాదబలంతో యీ 'దివ్యయోగ సాధనరహస్యాన్ని' వ్రాసి, మాకు అందించారు శ్రీ రంగాచార్యులుగారు. శ్రీ రంగాచా ర్యులుగారిచేత యింత చక్కగా వ్రాయించుకున్నందుకు శ్రీ స్వామిజీకి ప్రణామాలర్పిస్తూ, ఇంత చక్కగా వ్రాసిన మా శ్రీ రంగాచార్యులు గారికి నా హృదయపూర్వక ప్రేమాశీస్సుల నందిస్తున్నాను. ఇక పాఠ కులు యిందలి మాధుర్యాన్ని గ్రోలి, దివ్యయోగంలో లీనమవుతారని ఆశిస్తున్నాను.

కల్పతరువు పర్వదినము,
బా ప ట్ల.

మాతాజీ త్యాగీశానంద
1-1-1991.

తత చేకూరుతుంది. శ్రీ స్వామిజీ పవిత్ర భావన నేటికీ కొనసాగుతూ, ఆశ్రమాలు ప్రశాంతంగా ఉన్నాయని వ్రాయటానికి ఆనందిస్తున్నాను. 'మీ జీవితాన్ని భగవదర్పితం చేసుకొండి మాలాగ' అంటాయి శ్రీ శారదారామకృష్ణుల పాదపద్మాలపై నున్న పుష్పాలు. 'వివిధములైన మా ఆకుల రంగులను చూచి, సృష్టికర్త అయిన భగవానుని స్మరించి, గానం చేయండి' అంటాయి క్రోటన్స్ మొక్కలు. 'మావలె నిస్వార్థంగా జీవిస్తూ, నలుగురికీ ఉపయోగపడుతూ, మీరుకూడా భగవంతుని చేరండి' అంటాయి నీడనిస్తున్న కొబ్బరిచెట్లు. 'మేము ఒక త్రాటిని పట్టుకొని పైకి ప్రాకుతూ, పుష్పించి, అందరికీ ఆనందాన్ని కలిగించినట్లుగా మీరుకూడా దైవారాధనతో మీ హృదయ కుసుమాలను వికసింపజేసుకొని, అందరికీ ఆనందాన్ని అందించండి' అంటాయి ప్రాకుతున్న లతలు. ఆశ్రమ వాతావరణంలో సాధకులు కన్ను మూసుకొని కూర్చుంటే చాలు మనస్సుకు శాంత్యానందాలు లభిస్తాయి. ఇది శ్రీ అనుభవానంద స్వాములవారు సర్వ సాధకలోకానికి యిచ్చిన అనుగ్రహ భిక్ష.

ఇటువంటి ఆశ్రమంలో, శ్రీ రామకృష్ణ దేవుని జయంతి సందర్భంలో ఉపన్యసించటానికి వచ్చారు పండితులు శ్రీ బృందావనం రంగాచార్యులుగారు. శ్రీ స్వామిజీకి, నాకుకూడా వారు చిరపరిచితులు. మన 'సాధనరహస్యం' గేయ రచన చేయిస్తే బాగుంటుందనిపించింది. నా యీ సంకల్పాన్ని శ్రీ రంగాచార్యులుగారికి చెప్పాను. 'తప్పక చేస్తానమ్మా! ఇది శ్రీ స్వామిజీ ఆదేశం' అన్నారు. 'సాధనరహస్యం' యిచ్చాను. శ్రీ స్వామిజీ వ్రాసిన 'సాధనరహస్యం' లోని భావప్రవాహాన్ని అర్థం చేసుకుని, కమ్మని భాషలో పేర్చి, చక్కని పదజాలంతో కూర్చి, క్రమంలో అమర్చి, మధురత్వాన్ని నింపి, నేర్పుతో, ఓర్పుతో, శ్రీ స్వామిజీ ఆశీర్వాదబలంతో యీ 'దివ్యయోగ సాధనరహస్యాన్ని' వ్రాసి, మాకు అందించారు శ్రీ రంగాచార్యులుగారు. శ్రీ రంగాచార్యులుగారిచేత యింత చక్కగా వ్రాయించుకున్నందుకు శ్రీ స్వామిజీకి ప్రణామాలర్పిస్తూ, ఇంత చక్కగా వ్రాసిన మా శ్రీ రంగాచార్యులు గారికి నా హృదయపూర్వక ప్రేమాశీస్సుల నందిస్తున్నాను. ఇక పాఠకులు యిందలి మాధుర్యాన్ని గ్రోలి, దివ్యయోగంలో లీనమవుతారని ఆశిస్తున్నాను.

కల్పతరువు పర్వదినము,
బాపట్ల.

మాతాజీ త్యాగీశానంద
1-1-1991.

మునగండి! అనుభవాన్ని పొందండి' అని అందరిని హెచ్చరిస్తూ, ఉత్తేజ పరుస్తూ, దేశాలలో సంచరిస్తున్నది. అంతేకాక, యీ సాధనరహస్యం, మరియు శ్రీ స్వామిజీవారి ఇతర సాధనా ప్రాముఖ్యాన్ని తెలిపే గ్రంథ ముల, డైరీల ఆధారంగా ప్రముఖ గాయనీ గాయకుల చక్కని సంగీత సహకారంతో మేళవించి, శ్రీ మాతాజీ త్యాగీశానందులవారి ఉపన్యాస ములుగా, 1.సాధన రహస్యము, 2. సాధన మకరందము, 3. సాధన సుధ, 4. అనుభవ రహస్యము అను నాలుగు స్టీరియో కేసెట్స్ (DEVOTIONAL STEREO MUSIC CASSETTES) గా విడుదలై, ముముక్షువు లకు ఆదర్శాన్ని-విశదీకరించి ఆనందాన్ని కలిగిస్తున్నవి మరియు నీ 'దివ్య యోగ సాధనరహస్యము' ప్రముఖ గాయనీ గాయకుల సహకారంతో, శ్రీమాతాజీ త్యాగీశానందులవారి నిర్వహణలో, సుమారు రెండుగం టల కాలవ్యవధిగల సంగీతరూపకముగా రూపొందింపబడి, వివిధ ఆధ్యా త్మిక సమావేశములలో గానము చేయబడి, శ్రోతలకు దివ్యానందమును కలిగిస్తున్నదని చెప్పడానికి మిక్కిలి సంతోషిస్తున్నాను.

అయితే ప్రస్తుత సంక్షోభ పరిస్థితులలో శాంతికొరకు పరితపిస్తున్న మానవాళికి, శ్రీ అనుభవానందుల ఉన్నత భావములు, ఆదర్శవ్యక్తి త్వములు ఆదర్శమని చెప్పక తప్పదు. సాధకులేకాక యితరులుకూడ యీ 'సాధనరహస్య-దివ్యయోగ సాధనరహస్యముల' ను పలుమార్లు పఠించి, యిందలి ఉపదేశసారమును గ్రహించి, యిందు నిక్షిప్తమైన చైతన్యశక్తిని అందుకొనగలరని ఆశిస్తున్నాను.

ప్రతి సంవత్సరము వందలాది సాధకులు, యీ గ్రంథముద్వారా ఉత్తేజితులై, సాధనామార్గమున ప్రవేశిస్తున్నామని తమ ఆనందమును వ్యక్తిగతముగా ఉత్తరములద్వారా తెలియజేస్తూ, తమ అభివృద్ధిని సూచి స్తున్నారు. ఇంతకన్నా ముముక్షువులకు కావలసినదేమున్నది! అందుకే, అందుకొండి! చదవండి! గ్రహించండి! ఆనందించండి!

శ్రీ వివేకానంద జన్మదినోత్సవము,
బాపట్ల.

బ్రహ్మచారి సుధాచైతన్య
7-1-1991.

న మ స్సు మాం జ లి

ఆ గభీరమనోజ్ఞమగు కంఠనాదాన ప్రాక్తనయోగుల ప్రతిభ విలిచె,
ఆ విశాల వినిర్మలాక్షియుగ్మమ్మున వేదశారద కృప వెల్లివిరిసె,
ఆ ప్రశాంత ప్రసన్నాననమ్మున వియద్గంగాతరంగాలతళుకు కులికె
ఆ పల్కు-గల పల్కు-లందు కఠోర ప్రవృత్తితో ప్రేమయు నొత్తిగిల్లె

ఆయన నవీనకాల మహర్షి లోక
చక్రవర్తి - మహోవక్త - సంయమీంద్ర
బృందమాణిక్యమనుభవానందయోగి
తిలకుడాయన చెంత అంజలి ఘటింతు

అనుభవోజ్జ్వల మధురాస్వాదనముజేసి కఠిన దీక్షను గొనగలుగు తల్లి
రామకృష్ణమహర్షి రమణీయ తత్త్వము క్రమలీల వివరింపగలుగు తల్లి
శారదా కృపను ద్రాక్షారసమ్ముగ గ్రోలి కమ్మకమ్మగ పాడగలుగు తల్లి
పరమపూజ్య వివేకవరమౌని గర్జనల్ గళసీమలో నిలుపగలుగు తల్లి

ఆమె మాతాజీ - దేశావికవసరముని
ఎంచి దైవమ్ము కోరి అందించినట్టి
తెలుగు యోగిని - ఆమెకంజలి ఘటించి
మస్తకము వంచి - భక్తి నమస్కరింతు!

జీవితరంగాన ఆధ్యాత్మిక భావతరంగాలు పొంగించి, మానవాళి అంత రంగంలో క్రొత్త ఆలోచనలను రేకెత్తించిన శ్రీ అనుభవానందస్వామివారి 'సాధనరహస్యము' (The Secret of Yoga Sadhana) ప్రస్తుత గేయకృతికి మాతృక.

తాళప్రమాణపరిధిలో విజృంభించి, విశృంఖల విహారము గావించిన శ్రీ స్వామిజీ భావాలసారాన్ని నేనెంతవరకీ గేయ పంక్తులలో కూర్చగలిగానో! పేర్చగలిగానో! ఒక మహోజ్జ్వల భావకళిక ఎక్కడైనా యీ గేయా లలో తళుక్కుమని మెరిస్తే, పాఠకుని మనస్సును స్పందింపజేస్తే, అది పూజ్యచరణులయిన శ్రీ అనుభవానంద సంయమీంద్ర తపః ఫలమో, ఆయన అడుగుజాడల నడయాడనేర్చిన శ్రీ మాతాజీ త్యాగీశానందపురి పుణ్యఫలమో అయి తీరుతుంది. అంతే. అది నా రచనాచమత్కృతి మాత్రము కాదు, కానేరదు.

శ్రీస్వామీజీ దయామూర్తి. ఆయన అధ్యక్షతన ఎన్నో సభలలో ప్రసంగింపగలుగుట నా సుకృతము. తాదృశములైన సదవకాశములను పలు

మారులు దక్కించుకొన్న అదృష్టవంతుణ్ణే నేను. వారి ప్రేమపూర్వక శుభంకరాశీస్సందోహమందారమాలికలను వారి కరకమలములద్వారా అందు కొనజాలుట నా మహాభాగ్యము.

కోపంలో చిర్నగవును, చిరునగవులో కోపాన్ని [illegible]ంచి, అనురాగ సుధారసధారల నాపై వర్షించుచు, నా వె[illegible] నన్ను ప్రోత్స హించే శ్రీ అనుభవానందులవారి మంజుల [illegible]మోహనయోగి రూపలావణ్యవైభవము నా కనులముం[illegible] తలచినంతమాత్రాన సాక్షాత్కరిస్తుంటుంది. ఆకారణమువలననే [illegible]ను, ఎన్నో ముద్రణ లను వెంటవెంటనే పొంది, ఎన్నో భాషలలో [illegible] ఎందరో సాధకుల గుండెలను పండించిన యీ 'సాధ[illegible]' గ్రంథమునకు గేయరూపమునిచ్చెడి సదవకాశము నాకు లభ్యప[illegible]. తాత్త్విక దృష్టి గల పండితులెందరో శ్రీ అనుభవానందాశ్రమములకు సుపరిచితులైనవారు న్నారు. మధుర శైలిలో సుధల నొలికింపగల కవితా హృదయులున్నారు. వారి హృదయాన్ని సమగ్రముగ నవగాహనమొనర్చుకొననేర్చిన సాధకులు న్నారు. వీరిమధ్య అక్షరజ్ఞానమాత్రసంపన్నుడనైన నాకున్న అర్హత ఎంతో, ఎట్టిదో, నాకు బాగుగా తెలియును. శ్రీ స్వామీజీ, ఎన్నడో యిచ్చిన నాగరసపూర్ణదివ్యాశీర్వాదమొక్కటే నాకున్న అర్హత. అంతే శ్రీ మాతాజీ రూపమున శ్రీ స్వామీజీ నన్నాదేశించారు. 'ఇదీ పని చేయ్యాలయ్యా' అని శ్రీ మాతాజీ ఒకసారి శ్రీ రామకృష్ణ జయంతి సందర్భాన, శ్రీ అనుభవానందుల నిలువెత్తు సజీవ చిత్రపటమువద్ద నన్ను నిలిపి, యీ సూచన యిచ్చారు. నా శక్తిని నేను గుర్తించలేని స్థితిలో, ఉత్సాహం నిండిన గుండెలతో, వారి మాటలను కాదనలేక, శ్రీ స్వామీజీ మధుర గంభీరగళధ్వానమే నన్నాజ్ఞాపిస్తున్నట్లు సంభావించి, శిరస్సు వంచి, నమ స్కరించాను. మాతృకను స్వీకరించాను. ఇంటికి వచ్చి మూలగ్రంథాన్ని చదువనారంభించిన తరువాతగాని నా అశక్తత నాకు తెలిసి రాలేదు. ఇట్టి మహోన్నత వేదాంత గ్రంథ హృదయాన్ని నేను గేయముగా విప్పి చెప్ప గలనా? అది నాకు సాధ్యమా?

తత్త్వశాస్త్ర సారాన్ని సూటిగా, సుందరముగా వ్యక్తీకరించిన గ్రంథము 'సాధనరహస్యము' అంటే అతిశయోక్తి కాదు. శ్రీ స్వామీజీ యీ గ్రంథమున పాఠకుల సౌలభ్యముకొరకు వేదాంత విషయాలనే ఇనుప శన గలను మెత్తని గుగ్గిళ్లుగా, రుచిగా, శుచిగా, వండి వడ్డించారు. వారి శైలి, మంచి అనుభవజ్ఞుడైన పాకశాస్త్రజ్ఞుడు పెట్టిన తిరుగమోతమా దిరి సామాన్య పాఠకుణ్ణి సైతము సమాకర్షించుకొనజాలిన సౌరభముతో గుబాళింపవది. ఈ విందును ప్రజానీకం అమితాసక్తితో అందుకోవాలనే ఆశయముతో శ్రీ స్వామీజీ వాడిన పోపుదినుసులు సర్వసాధారణ పండిత కోటికి, కిరాణా షాపులలో లభ్యపడేవి కావు. ఎట్టి క్లిష్టమయిన భావాన్ని

వివరించే ఘట్టమయినా శ్రీ స్వామీజీ చేతియందొదిగి, సుకుమార సుందర సుమధుర శైలితో మిళితమై, ప్రతి పాఠకుణ్ణి నిలువబెట్టి చదివిస్తుంది. ఇది అక్షరాక్షర సత్యముగ, అందరు నిర్ద్వంద్వముగ ఆమోదించిన అంశము.

గురువుల వద్ద అభ్యాసము గావించినవారికి పదాల సత్తువ తెలుస్తుంది. పరిమళం తెలుస్తుంది. ప్రతిభ తెలుస్తుంది. పదును తెలుస్తుంది. పాకం తెలుస్తుంది. ప్రశస్తి తెలుస్తుంది. పదాల కూర్పులో నేర్పు తెలుస్తుంది. ప్రజ్ఞావంతమైన తీర్పు తెలుస్తుంది. అంతవరకే. భావానుగుణమైన, ఇతివృత్తోచితమైన, సందర్భానుగుణమైన, సరసమైన, సరళమైన పద ప్రయోగ దశలో గల పట్టుమాత్రం తెలియదు. అది పండిన అనుభవానికే అందుతుంది. సంయమికి, వాగ్విదాంవరునకు, తపస్వికి మాత్రమే లొంగే సజీవ శిల్పరచనా విధానాంతర్గత ప్రయోగరీతి అది. ఆ పద్ధతిని, అనుభవ ప్రపూర్ణులైన శ్రీ స్వామీజీ 'సాధనరహస్య' సృష్టిలో ప్రవేశపెట్టారు. అందరికీ అట్టి అధికారమెలా దక్కుతుంది? మాదృశులకది అలభ్య విషయమే. మూల కృతికి అనుకృతిని సంతరించడమంటే సులభం కాదు. ఎంతో నిగ్రహం కావాలి. నిరుపమ దీక్ష కావాలి. భావానుగుణమగు భాషను మలుచుకొని, రసపుష్టికి భంగము కలుగని ధోరణిలో, సూక్తుల సొయగము తగ్గని మార్గాన, మూలకృతికి న్యాయము చేయగలిగితే అది ధన్యతయే కాగలుగుతుంది.

సాధనరహస్యమున చెప్పబడిన ప్రతి విషయము బ్రహ్మవివరణాత్మకమే. ఆ మధురభావ ప్రవంతికి అడ్డుకట్ట గట్టి, గేయ కేదారములవంకకు మరలించి, పసిడి పంటలు పండించవలెనని ప్రయత్నించుట సాహసోపేతమైన పనియే. సాధనరహస్యాంశముల నన్నింటిని క్రమము తప్పని సరళిలో గేయమున ప్రతిఫలింపజేయుట కష్టసాధ్యమైన విషయము. వీలయినంతగా విషయసంపదను స్వీకరించి, చేతనయినంతగా రసాస్పద పంక్తులయందిమిడ్చి, సాధ్యమయినంతగ శ్రమించుటమాత్రమే యిందు జరిగినదని మనవి జేయుచున్నాను. అర్థ, శబ్దాలంకారముల యాలంబనము కొంతగ అటునట సాయపడినది. అనుప్రాసల విలాసవిన్యాసము కొన్నిచోట్ల తోడై నిల్చినది. అలౌకికములయిన దివ్యభావాల అభివ్యక్తీకరణలో యివి ఎంతవరకు తోడ్పడుతాయో! ఆత్మశక్తి సంపన్నుడైన మహర్షి, ఆధ్యాత్మికభావశిఖరాగ్రాన నిలిచి, అనన్య దృష్టితో సారించిన శంఖారావాన్ని, యివి ఎంతవరకు ప్రతిధ్వనింపజేస్తాయో! అశేష శేముషీవైభవోపేతమైన మధురగళమంగళనాదాల ఆంతర్యాన్ని లవలేశముగనైన యివి విశదీకరించే దానికి వీలుకలిగిస్తే, కృతార్థాలు, చరితార్థాలు కాగలుగుతాయి. వాస్తవానికి భావించినదంతవరకే. ఆశించగలిగినది, ఆకాంక్షించజాలినదిగూడ అంతవరకే. పూజ్యశ్రీ స్వామీజీ అద్భుతాశయాన్ని వీలయినంతగా సామాన్య పాఠకునికి అందుబాటులోనికి తెచ్చే నిమిత్తము వేసు వడిన తంటాలు

విబుధుల ఆశీస్సులకు పాత్రమైతే అదే చాలు. ఈ విషయములో నేను చెప్పగలిగినదదే!

అయితే వందలాది లేఖలద్వారా, జారిపోని మనస్సు గలవానినిగా నన్ను ప్రోత్సహించి, శ్రీ మాతాజీ త్యాగీశానందులవారు నాచేత యీ రచన చేయించారనే మాట మాత్రము చెప్పాలి. వారు యిచ్చిన స్ఫూర్తితో, నాకు కలుగజేసిన స్పందనతో, వారి సూచనలతో, సవరణలతో, వివరణలతో యీ కృతి రూపు దిద్దుకున్నది. వర్ధిష్ణు సోదరుడు సుధా చైతన్యగారు యీ సందర్భములో నాకెంతో ఉత్తేజాన్ని కలిగించారు.

శ్రీశైలములో సాధనరంగమున నిష్ణాతులైన కొందరు యోగిపుంగవులీ గేయాలు విని ఆశీర్వదించారు. సారస్వత హృదయులయిన మిత్రులెందరో 'ఇది సత్సృష్టి' అని మంచి మనస్సుతో నన్ను ప్రోత్సహించారు. కొన్ని ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రాలలో నా ప్రసంగము చివర యిందలి కొన్ని గేయాలు వినిపించి, శ్రోతల ఆదరణ పొందుట శ్రీ స్వామివారి కృపావిశేషమే! ఆ ధన్యతను తనయునిగా నాకు కలిగించే నిమిత్తము భాషారంగమున నన్ను సుశిక్షితుని గావించిన సాహిత్య తపస్వి, అనురాగమయహృదయుడగు జనకుడు, మాన్య శ్రీమాన్ బృందావనం తాండవ కృష్ణమాచార్యులు, పరిపూర్ణ ప్రేమమయి, మాతృమూర్తి శ్రీమతి రాఘవమ్మ దంపతుల [వీరన్నపాలెం] బిడ్డనగుట నా అదృష్ట విశేషము. నా శ్రేయస్సును సదా కాంక్షిస్తూ పవిత్రానురాగ హృదయుడు అమృత హస్తుడుగలవాడని పేరుగన్న ఆయుర్వేద వైద్యుడు, మా అన్నయ్య వైద్యశ్రీ శ్రీ నారాయణం శ్రీనివాసాచార్యులు (వీరన్నపాలెం) నా హృదయపూర్వక నమస్సుమనస్సులు.

ఈ గేయకావ్యాన్ని కూర్చి, సకాలమున అందజేయుటలో కొంత ఆలస్యము జరిగినమాట సత్యమే. ఎట్లయిననేమి? వేదాంత ప్రసూనపరిమళభరిత గేయకావ్యాన్ని పూజ్యశ్రీ మాతాజీవారి కరకమలములయందు సమర్పించు శుభసమయము వచ్చినది. ఈ సందర్భమున వినమ్రుడనై అందరికి నమస్సుమాంజలి ఘటిస్తే, అభినందనచందనాలు సమర్పించుకుంటున్నాను.

శాంతిదేవతా పదములపై నవ్యజాజులు
మాగురువరు చరణాలకు మా నమస్సులు
ధర్మభావసంపదకే తథ్యము విజయం
సత్య హృదయ సదనానికి దైవమాశ్రయం

సర్వారు,
ప్రకాశం జిల్లా.

బృందావనం రంగాచార్యులు
14-1-1991

1. దివ్య యోగ సాధన

ఇది సాధనరహస్యము, ఇది అనుభవతాత్త్విక భాష్యము
ఇది వివేక చూడామణి, ఇది వినయవిధేయ శిరోమణి

గురువర్యుల గుణగణములు సిద్ధజనుల సిద్ధాంతమ్ములు
శిష్యకోటి శుభలక్షణములు విరక్తుల విశిష్టాశయములు
ప్రతివారికి విపరించే బంగరుబాట
శ్రుతుల అంతరార్థము తెలిపే సురుచిరసూక్తులకోట
హితమును సమకూర్చు సౌరభాల పూలతోట
నుతియింపందగిన క్రొత్త రతనమ్ముల మూట

పైశాచిక ప్రవృత్తులను పటాపంచలొనరించి
క్రమశిక్షణ కవచముగా గమనమ్మును సాగించి
సర్వాదర్శాల సత్య సారమ్మును గుర్తించి
ఉర్వీతల సౌభాగ్యము నొనగూర్పగ నాశించి
మనిషి తనకు తానుగా మహిమలెన్నొ ఆర్జించి
సంఘమ్మునకుపయోగము సాధింపగ నుద్యమించి
సాగిపోవుటెట్లో! సూచన సలుపబూనుకొను యత్నం
అనుభవాల వెలుగుల జిలుగుల అందించే నూతన రత్నం

పరస్పరాపేక్షకలిగి పవిత్రాశయమ్ముల మెలగి
సంఘము, వ్యక్తియు, నిరుపమ సంక్షేమ ప్రభల వెలిగి
పరమార్థము నందాలని ఫలితాలను పొందాలని
ప్రబోధించు సద్గ్రంథము ప్రసన్నతలకొక అనుబంధము

పావన దివ్యాశయాల ప్రసూనాల సుగంధము
కోట్లాది సాధకులు కోరుకొనే వికాసము
మానవత్వకళ్యాణ మధురభావ విలాసము
భవ్యమైన ఆధ్యాత్మికబోధన
దీప్తులు విరజిమ్ము - మేలి
దివ్య యోగ సాధన

2. నవ సందేశము

వినండి! వినండి! దివ్యాదేశం, వీనులవిందగు నవ సందేశం
అనుభవాలు పండిన ఆవేశం, సులభసుందర సూక్తి విశేషం

భౌతిక విజ్ఞాన విభవ బంధనముల విదలించి
తార్కిక శక్తుల విలువల కర్కశతను తొలగించి
ఆర్థిక సాంఘిక సమస్యలందలి సొబగుల వచించి
సమర జ్వాలల నరుండు సతమతమగుటెరిగించి
శాంతి శంఖనాదము పూరించి,
క్రాంతి పథము నరులకు చూపించి
ఆధ్యాత్మికతత్త్వసుధల అందరికీ సమముగ పంచి
ఆనందము కలిగించే అనుభవగానమ్ము సాగె
ఆధ్యాత్మిక వీణియ మ్రోగె

3. మధుర వేదము

మాతాజీ! వినవమ్మా! మానవ హితవాదం
మమత కలిగి బోధించే మహిమాన్విత వేదం

సాధన విషయముల తెలియ సంకల్పము చేశావు
గాఢగ వేదాంతమెల్ల గ్రహియింపగ దలచావు
చిత్తశుద్ధికొరకు దీక్ష స్వీకరించి నిలిచావు
విత్తముపై కాంక్ష వదలి విక్రమించి గెలిచావు

ముక్తికి మూలము యోగం, జ్ఞానమునకు మూలం త్యాగం
ముందుగనే వదలాలి మురిపించే ఆ అనురాగం

జ్ఞాన భక్తి యోగ కర్మ మార్గమ్ముల నాశ్రయించి
ప్రపంచాన ప్రతి మతం భక్తితో పురోగమించి
సఫలతనే వరియిస్తుంది, జాగృతమై తరియిస్తుంది
ఇంద్రియములవలననే ఎరుగగలము లోకం రూపం

ఏ మాత్రం పనికిరాదు ఇంద్రియములలో లోపం

జ్ఞానేంద్రియ కర్మేంద్రియ విభాగమున యిది ద్వివిధం
మానవ జీవితమునకివి చూపగలవు సుగమపథం

మనస్సేమొ మహనీయం ఏకాదశేంద్రియం
అన్నియెడల దీనివలన అమరునులే అభ్యుదయం
ప్రగతిని సాధించి, ఇదే నడుపుతుంది బ్రతుకురథం

కంటిముందుగల వస్తువు కనిపించును స్పష్టముగా
వెనుక లోన ఉన్న వస్తువగుపించునె విశదముగా?

ఇంద్రియాలు కనజాలని ఏదయినా ఎంతయినా
చూడజాలు శక్తియున్నదీ మనస్సుమాత్రమే

ఏమైనా చేయనేర్చు యీ మనస్సుమాత్రమే
ఏరీతిగ తిలకించిన ఏ విధముగ భావించిన
మార్పులేని మారబోని తెలివి ప్రమాజ్ఞానము
భ్రాంతివలన మనసు మారి రజ్జుసర్పదృష్టి పెరిగి
పరిశీలనవలన మార్పు నొందు భ్రమాజ్ఞానము

చరాచరాత్మకమ్మె - యీ సకలమగు ప్రపంచము
జగతింగల జీవరాశి చరిత్రయే వివేకము
జీవకోటిలేని చోటు యీ ధరణిన్ గానము
జీవ పదం వివరణకే సాగె నింత గ్రంథము

జీవన సరళిని పెంచే చిత్రమౌ ప్రబంధము
భావనల పవిత్రతలను ప్రసరించు సుగంధము

చెట్టు విత్తనమ్మునుండి జీవశక్తి పొందిన గతి
ప్రపంచానికేవిధముగ ప్రాప్తించినదీ స్థితి?
అనే ప్రశ్న, యుగయుగాల అవనిజనుల నోట
వినంబడుచు వివరణ పొందక మనసుల మెలివేయు పాట

సతమతమొనరించే - యీ సందేహద్వారం
తెరచి నిన్ను నీవు తెలియ తెలివినిచ్చు అనుభవసారం

మట్టికి సైతం ప్రాణం మనవలెనే యున్నది
సదా ఎరుక గలవారికె స్పష్టమగుచు నున్నది

చెప్పి ఊరుకుంటుంది శాస్త్ర ధర్మ మర్మ సూక్తి
చేయించి రక్షిస్తుంది ఆప్త మధుర మృదూక్తి
వేదవాక్యములకన్న ఆప్తవాక్యమే మిన్న
అంతరార్థ సంపదలను అది చేయును సుస్పష్టం
అభిమతాల సమకూర్చి అది పండించు నభీష్టం

ఆధ్యాత్మిక పథమునందు అలవు సొలవులెరుగకు
అన్య పథమ్ములను నమ్మి అక్రమముగ తిరుగకు

4. మ ధు రో ప దే శ ము

వేదపఠనము స్త్రీకి పనికిరాదన్నారు
వాదనలతో మంచి వ్యూహాలు పన్నారు
ఆదికాలపు ధర్మమిది కానెకాదు
ఆ భావనకు మధ్యకాలమె 'పునాదు'

గార్గి, మైత్రేయి స్త్రీలలో రత్నాలు
మేలి బంగారములు వారి యత్నాలు
ధర్మసూక్ష్మాలు కరతలామలకాలు
దార్శనిక పీఠములు వారి ఫాల పలకాలు

ఉపనిషత్తులను గానమ్ము గావించు ఉవిద
ఉత్తమాధికారిణి ఎలా కాదు?
ఏల వేదాల చదువుకొవరాదు?
చాలు చాలు నిది కల్పితపు వాదు

బ్రహ్మ విష్ణు పరమేశ్వర మూలమ్ము
పరమశక్తి సమన్వితము స్త్రీత్వమ్ము

అష్ట ప్రకృతులే భార్యలుగా అలరార

పదునారువేల కళల సొంపు పెంపార
మధ్య నిలచియున్న కృష్ణదైవమ్ము
మానవతకు జూపె విశ్వరూపమ్ము
కాళికామాత స్త్రీలోక విభవమ్ము
రామకృష్ణయతికామె ఆరాధ్యదైవమ్ము

స్త్రీ పురుష లింగాల భేదాలు
చేతగానితనాల శుష్క వాదాలు
అభ్యాస వైరాగ్యమందగలవారు
సత్సంగసౌభాగ్య శక్తి గలవారు
మహిళలో! పురుషులో! మనకేల?
అందరూ ఒక్కటే అది దైవలీల

అబలలకు జరిగె అన్యాయమనుకొననేల?
సబలవై తాల్చుమా! శాంతి సౌజన్యమాల
అందుకో! యీ మహిత మధురోపదేశం
అందుకో! అందుకో! నూత్న సందేశం

5. కర్మయోగము

గాలి పీల్చు, రొట్టె గాల్చు, కర్మయే
నిదురపో, నడచిపో, కర్మయే
యజ్ఞం చేయడమొకటే కర్మగాదు
యాగం సాగించడమే కర్మ గాదు
చేసేది ఏదైనా చిత్తశుద్ధి అవసరం
జీవునకది సిద్ధించడమే గొప్ప వరం

వేదంలో ప్రవచించిన కర్మకాండ
బ్రాహ్మణాలు బోధించే మహోపాసన
ఉపనిషత్తులందించే జ్ఞానమార్గము
లక్ష్యశుద్ధి గలిగించే రాజయోగ వైభవము
కర్మకు ప్రతిబింబాలని జ్ఞానుల మాట, అది

కర్తవ్యం వివరింపగలుగు రాచబాట
అనాసక్త భావమొకటె అన్నింటికి కావాలి
అనన్యమైన చింతనయే ఆత్మయందు రావాలి

తమోగుణం మారి మారి రజోగుణం రావడం
రజోగుణం కరిగి కరిగి సత్వగుణం కావడం
మనం చేయు ప్రతి పనికీ లక్ష్యంగా నిలవాలి
అంతరంగమాశించే ఆదర్శాన్ని గెలవాలి

అట్టి కర్మయోగబలమె ఆత్మశుద్ధి కలిగిస్తుంది
అదే లౌకికాంశాలకు నరుని దూరమొనరిస్తుంది
భక్తిమార్గ యోగమార్గ భావాలను పండిస్తుంది
గుండెలలో కర్మయోగ గుణసంపద నిండిస్తుంది

6. పావన బ్రహ్మము

ఎంత చదువు చదివినా ఏమున్నది ప్రయోజనం?
ఇంతయినా అరగక - తిని, ఏమి మేలు భోజనం?

ప్రతి వాక్యం బ్రతుకులో బంగారం పండించాలి
ప్రతి కబళం గుండెకింత పట్టి బలం నిండించాలి
పరస్పరావగాహనమ్ము ప్రతి మనిషికి కావాలి
ఆత్మతత్త్వ సమన్వేషణాసక్తియు రావాలి
ఆ శక్తి కొరవడితే ఆ మనుగడకర్థమేమి?
అట్టివాని హృదయసీమ అజ్ఞానం నిండిన భూమి

బృహదారణ్యకమీ క్రియ స్పృహ కలిగించెను జాతికి
పవిత్రమీ ఉపనిషత్తు ప్రాణమాయె జీవితరీతికి
శాంతమ్ముగ పఠనమొనర్చి, సాంతమ్ముగ మననము జేసి
శ్రద్ధను చూపించినవారు సత్ఫలితము సాధిస్తారు

ప్రతి కూజా మట్టినుండి ప్రభవించిందంటావు
బాగున్నది - కారణాల పరంపరలకేమంటావు?

కారణాల తోరణాలు కదలించిన గాని
తీరం చేరే మార్గము తెలియలేదు జ్ఞాని

ఉత్పత్తికి హేతువు మట్టి ఉపాదానకారణము
రూపాన్ని దిద్దే కుమ్మరియే నిమిత్తకారణం
తిరిగే చక్రం - త్రిప్పే దండం సహకారికారణం
తయారైన 'కూజా' కారణఫలమ్మైన కార్యము

ఉపనిషత్తు చెప్పిందొకటి, సాంఖ్యం ప్రవచించిందొకటి
వేదాలలో లోతులు తెలిసిన వేత్తలు వివరించిందొకటి
ఎవ్వరెట్లు చెప్పినా, ఏమి నిర్వచించినా
పరిపూర్ణజ్యోతిగ వెలిగే బ్రహ్మపదార్థం ఒకటే ఒకటి

ప్రపంచానికుపాదానకారణము ప్రధానమంట
బ్రహ్మపదార్థమున నిండి ప్రధానము రహిస్తుందట
ఆ బ్రహ్మమఖండమౌచు అద్భుతమై వెలుగునంట
ఇది తేలని వివాదము ఇది అందరు మెచ్చని వాదము

అయితే యీ సృష్టికుపాదానకారణమ్మెవ్వరు?
ఆ ప్రధానమునకాశ్రయమా బ్రహ్మపదార్థమ్మెవ్వరు?

జలములలో చేప విధమ్ముగ గగనంలో గాలి విధమ్ముగ
ఆ ప్రధానమా బ్రహ్మమ్మునె ఆవరించి యుండు బలమ్ముగ
అంటే నిజమౌతుందా? ఆదరింపబడుతుందా?
ఎల్లరి గుండెలకుగూడ ఉల్లాసం కలిగిస్తుందా?

చేప నిలుచు ప్రదేశాన జలమెక్కడిదంటారు
మనిషియున్నచోటువరకు గాలి ఉండదంటారు
ప్రధానమ్ము బ్రహ్మములో భాగము కాదంటారు
విధానమే తికమక వుండి వుండునంటారు

సరసమైన సమన్వయము వరుస మనకు కుదరాలి
సందేహ ప్రవంతులకు అడ్డుకట్ట పడాలి

బ్రహ్మమే ప్రధానమౌను - ప్రధానమే బ్రహ్మము
బ్రహ్మము తనలోనుండి ప్రజలను సృష్టించును
అంటే జీవుడు బ్రహ్మకు అపరాంశగ నిలుచును

ఆ జీవుడు ప్రధానమని అవని సదా తలచును
సాలీడు తనలో నుండియె చక్కని దారము తీయును
ఏ ప్రత్తియు, రాట్నము లేకనె ఎంతో చక్కని గూడల్లును
తననుండియె సాలెపురుగు తమాషాలు చేసినట్లు
తనకు తానుగా బ్రహ్మము జనగణముల సృష్టించును
కాదనుటకు వీలుగాని కారణమ్మిది
వాదనలకు తావులేని వాస్తవమ్మిది
తిరుగులేనిదీ సిద్ధాంతం దివ్యమైనదీ వేదాంతం

స్వాపేక్షయెగాని పరాపేక్ష లేదిట
ప్రధానమే జీవునకు బ్రహ్మమౌనట
ఇది యిందలి సారాంశము ఇదే! ఇదే! ముఖ్యాంశము

సజాతీయ విజాతీయ స్వగతభేదరహితము
ప్రజావళీ సమారాధ్య పావనమగు బ్రహ్మము
పతిత పావన బ్రహ్మము పవిత్రమైన బ్రహ్మము

కదలీతరువులు రెండును కనిపించునొక్కటిగా
కాని, చిన్నదొకటే, పెద్దగా నుండు మరొక్కటే
ఇరువురు మనుజుల నొక్కండెరుపొక్కడు నలుపు
ఇది సజాతిభేదము వివరించి మనకు తెలుపు

అరటిచెట్టు, వరపింహస్వామి కొండ రెండును
వేరువేరు జాతులకే చేరినవై యుండును
తరువు, శిలయు వేరు తరగతులకు చెందినవి
పరిశీలన పట్టగ అంతరము నెంతో పొందినవి
వివరింపగ విజాతీయభేదమనగ నిది యగును
విశ్లేషించిన నిచ్చట విచిత్రమ్మె కలుగును

కన్ను కాలు ముక్కు చెయ్యి అన్ని మానవావయవములె
అయినా ప్రతిదాని మధ్య అరసినచో అంతరములె
ప్రతివస్తువు తనయందలి భాగమ్ములలో భేదం
ప్రస్ఫుటీకృతమ్మొనరించుటె స్వగతభేదవాదం

త్రివిధ భేదరహితమైన దివ్యత్వమె బ్రహ్మము
వివిధ వాదదూరమైన విశేషమ్మె బ్రహ్మము

సకల వేద సరస్వతీ సౌభాగ్యమె బ్రహ్మము
సర్వోపనిషత్కుటుంబసారసుధయె బ్రహ్మము

7. అహింసా వ్రతము

మానసిక కర్మలో మహదానందం
వాచిక కర్మలో వక్తృత్వ శోభ
కాయిక కర్మలో ఘనమైన తృప్తి
పెనవైచుకొనుటయే ప్రియమైన వర్తనం

త్రికరణ శుద్ధియే దివ్యత్వము తేజోమయమ్మైన నవ్యత్వము

చిత్తశుద్ధియె లేని శివపూజ వద్దు
సేవలో కలిగెడి భావనయె ముద్దు
యోగసూత్రాలు - విరాగ సిద్ధాంతాలు
త్యాగధర్మాల విధానాలకడ రద్దు
ఆత్మబలమ్ముతో ఆచరణ మలచుకొన
అష్టాంగయోగవిద్యా సాధనయె హద్దు

ఇది ఒక మహత్తరవిధానం ఇది జీవనపథమ్మనందే ప్రధానం

ఒక అహింసా వ్రతమె ఒనరించుటన్నచో
కత్తిపై సామనుచు ఘనులు చెప్పారు
జీవికేవిధముగను చింత గలిగింపని
విధమే అహింస యని వివరించినారు
గౌతమబుద్ధుడే ఘనతకాదర్శం

గాంధీమహాత్ముడే ఘనమైన దర్పణం

ఎట అహింసయొ అచట యమము
ఎచట యమమో అట అహింస
యమమహింసయు మన అంతరంగముపైన
క్రమమును పరీక్షించుము క్షమను సంభావించుము

కావున ఇది మహావ్రతము కావునవే ఇది యోగమతము

పరుల మేలు కోరుకొనుచు పరమార్థం సాధించుచు
దైవదత్తపావనాత్మకశక్తిని పెంపొందించుచు
ధరణీతల్లి సురుచిరఘనతపమును ఫలియింపజేయ
నిరుపమానదీక్షామయవరసత్కృషి సాధించుచు
నీవలెనే పొరుగువాని భావించుచు, ప్రేమించుచు
కాలమ్మును గడుపుమనిన ఘనుల అడుగు జాడలలో
అడుగడుగు ముందునకే నడచిపోవగలిగి మెలగి
హింసామయప్రవృత్తులకు ఎంతో దూరముగ నరిగి
సంచరించునట్టి ధన్యులాచరించునట్టి పుణ్యవ్రతము

యుగయుగాల యోగీంద్రులు తరతరాల సజ్జనులు
పరమభక్తిభావనతో శిరసావహించి భజించే
పరనీయమౌ అభిమతము కావున ఇది మహావ్రతము
కావుననే యోగమతము

త్యాగాన్ని అలవరించి దౌర్జన్యము నిరసించి
తీవ్రక్రోధావేశదీప్తులను తిరస్కరించి
సాత్వికభావానురక్తి సౌశీల్యసమరసవృత్తి
అందరిలో పెంపొందింపగ ఆశించి అవందించి
విశ్వశ్రేయమ్ముగూర్చు విధమిది-అవనికే హితము
కావున ఇది మహావ్రతము కావుననే యోగమతము

8. సత్య దీక్ష

తీవ్ర కాంక్ష జిజ్ఞాసకు దేవాలయము
ఆర్తియున్న యిదే సత్య సుగుణాలయము
మంచి మనసు విసుగెరుగక మమతను వహియిస్తుంది
సాధన జరిగినకొలదియె సఫలత లభియిస్తుంది

విశేషాలు తెలియాలంటే విశ్రాంతిని కోరకు
ప్రశాంతతను కోల్పోయే బాటవైపు మారకు
ఏకాగ్రత భంగపడే ఎచటికైన చేరకు

ఎరుక గలుగువారు పలుకు ఏ మాటయు మీరకు

పుట్టుకకు ముందు లేనియట్టిది 'ప్రాగభావము'
గిట్టినపిమ్మట లేనియట్టిది 'ప్రధ్వంసాభావము'
ముందు వెనుక లేకయే మురిపించే మోహన శక్తి
నడుమ వచ్చి నవ్వించే నటన లోకభావము

సత్యవ్రత పాలనమ్ము చాల కష్టము
సాధనలో మునిగి తేలు జనులకదే యిష్టము
నిజమాడుట నిష్ఠూరము ప్రజల మధ్యలో
అన్నమాటకొరకు త్యాగమవసరమ్ము మనుగడలో

కైకమ్మ వరాల మాట, గయుని ప్రాణ రక్షణము
గాధి సుతుని యజ్ఞదీక్ష, హరిశ్చంద్రు వాగ్దానము
కలహించిన హనుమద్రాములు కదనము సాగించిన తీరు
సత్యసమారాధనలో గల శక్తిని వివరిస్తుంటాయి
నిజమున గల నిత్య శోభ నిర్ధారిస్తుంటాయి
చిరకీర్తి సిద్ధించుటకై వరముల వర్షిస్తుంటాయి
సత్యదీక్ష అలవడవలెనని సాక్ష్యము నిస్తుంటాయి

9. సంతృప్తి - ఆనందము

ఉన్నదానితో తృప్తిని గన్నవాడు ధీరుడు
ఉన్నది చాలక ఎగబడుచున్నవాడు చోరుడు

ఆశ మానవునకు సహజమయిన సుగుణలక్షణము
అది దురాశగా మారుట యన్నదె దుర్లక్షణము
ఏది యోగ్యమేదయోగ్యమెరుగుట యతిలక్షణము
నీరుగారి నిరాశతో నిలుచుట అవలక్షణము

అనర్థాలకన్నిటికీ తృష్ణ కారణం
అది నరునికి గొంతు బిగించే పూలతోరణం
సామ దాన భేద దండ చతురుపాయములకు

ఫలితము లేనపుడెదవ పద్ధతియే చౌర్యము
అనుకొన్నవారెవరైనా అవుతారు దానవులు
అట్టి భావనకు దూరం అయినవారె మానవులు
కోరికలను గెలిచినచో గొప్పవారు కాగలరు
సొంతము వర్జించినచో సత్యము వారె దేవతలు

అస్తేయమన పరధనముల ఆశించక బ్రతుకుట
అదే గొప్ప త్రికరణశుద్ధిగ ఆచరింపగలుగుట

10. బ్రహ్మచర్యము

పొలమునకు నీళ్లు బెట్టబూనుకొనే ముందు
నలువైపుల గట్టి గట్లు కలవేమో చూడాలి

గట్టొక్కటి లేకున్నా కార్యసాధనము సున్నా
పెట్టిన నీరంతా వెంటనే పెట్టినట్లు పోవుగదన్నా
నీరు బెట్ట చేసిన యత్నం నీకు కలిసి రాదన్నా
నీరెక్కల కష్టం సర్వం నీటిపాలగుట నిజమన్నా

హృదయమనే క్షేత్రానికి బ్రహ్మచర్యమొక గట్టు
ఆ గట్టును తగినట్లుగ బాగుచేసుకొనుటొక పట్టు
ప్రతి ఆశ్రమ జీవితమున బ్రహ్మచర్యమవలంబించి
అన్ని ఆశ్రమమ్ముల వెలుగుకు వన్నె బెట్టుటింకొకపట్టు

కాయిక మానసిక బలము క్రమముగ పెంపొందుటకు
ఆధ్యాత్మిక మహాశక్తి అభివృద్ధిని పెంచుటకు
బ్రహ్మచర్య ధర్మమ్మును బలపరచుట జరగాలి
పరమాత్మ జిజ్ఞాసయె ప్రతిక్షణం పెరగాలి

బ్రహ్మమునందు చరించుటె బ్రహ్మచర్యమునకర్థము
మనోనిగ్రహము గడించి మనజాలుట పరమార్థము
సాంసారిక లంపటలకు స్వస్తి పలుకుటింకొక అర్థము
అన్ని ఆశ్రమములందు బ్రహ్మచర్యము వహించుటయె నిశ్చితార్థము

11. అపరిగ్రహము

ఎవ్వరినీ చేయి జాచి ఏమీ నీవడుగకు
ఎవరేదో యిస్తారని ఎవరి కాళ్లు కడుగకు
పరాపేక్షలేని రీతి బ్రతుకు నడుపుము
శ్రమించకయె పరధనాన్ని ఆశించక గడుపుము

ఆత్మగౌరవాతిశయము అమ్ముకొనకుము
అందుబాటులో గలవని అన్నిటినీ తినకుము
ఇచ్చినపుడు పుచ్చుకొనుట హితముగనే తోచును
ఇచ్చువానికడ లొంగుటకిదియె దారి చూపును

ఆత్మబలం పెరిగినపుడె ఆలోచన పెరుగును
అప్పుడెవ్వరేది యిచ్చిన అందుకొనుట తరుగును

నృపతియు నిరుపేదయైన నీతి నిలుపుకోవాలి
అపరిగ్రహమన్నదొకటె ఆదర్శం కావాలి
ధర్మవిరుద్ధమ్మగు ధనదాహమ్మది పోవాలి
విపరీతములను గెలిచెడి విపుల శక్తి రావాలి

12. శౌచసంపద

పరిశుభ్రత ఆరోగ్యం పరస్పరం బంధువులు
చెరగని సన్నిహితత్వము తరగని గుణసింధువులు

మనస్సునకు శుచిత్వమే మహత్వమును సమకూర్చును
జీవరేఖ అది మనిషికి చేవ యింత చేకూర్చును

అంతశ్శుచి బాహ్యశుచి అని శుభ్రత రెండు విధాలు
ఆ జంట చూపును నరునికి అండ యగుచు నవపథాలు

క్రొత్త ఊహలెన్నెని పుట్టినా గొడవలలో తల దూర్చబోవవి
చిత్తవినిర్మలసరళి యొకటె యీ మొత్తానికి గల పరమార్థం

మైత్రి కరుణలు పాపపుణ్యములు మనసుమీద అధికారము జేసి
తీరుతెన్నులను వివరణ జేయుచు తెలియజెప్పేటి నిశ్చితార్థము

ఈ చిత్తముననె భక్తి జ్ఞాన వైరాగ్యములను మోక్షమార్గములు
కలిసికట్టుగ నివసిస్తాయి కర్తవ్యమ్మును సూచిస్తాయి

సాధకులకు త్రికాలముల స్నానమ్మది అవసరం
బాహ్యశుచికి అంతశ్శుచికి బాట అదే నిరంతరం

పరిసరాల పరిశుభ్రత నిరుపమాన సుఖమిచ్చును
సంయమనము సంఘటించు శక్తి అపుడు కలుగును

దేహశుచియు గేహశుచియు వస్త్రశుచియు పరిసరశుచి
బాహ్యాంతర శౌచములకు పవిత్రతను గలిగించును
మానసిక ప్రశాంతతకు మహిత తేజమును వెలిగించును

13. సంతోషము

శమం విచారం సంతోషం సాధుసంగము సంపదయు
మోక్షద్వార పరిరక్షణకై దీక్ష బూనిన పాలకులు
వారు మనకు వశులయితే దారి దొరకుటన్నది సులభం
వారు దయను వర్షిస్తే వాస్తవముగ కలుగు శుభం
మనపై అనురాగము వారికి మాటలతో కలుగునా?
మనలో విద్యాశక్తుల మహిమలేక వెలుగునా?

చదివి చదివి సారమ్మెరిగి సత్వగుణము నింపుకో!
అభ్యంతరముల నన్నింటిని అశ్రమముగ త్రెంపుకో!
మూడవ నేత్రం తెరచి మూలము గ్రహియించుకో!
గమ్యమ్మును చేరంగల ఘనశక్తిని పెంచుకో!

ఆలోచనలింకేటికి? అపుడు దక్కు బలమగు సాయం
అది నీకు నిజముగ శ్రేయం అదే! అదే! నీ ధ్యేయం

నవ్వుల పువ్వుల జిమ్మే నడత నరునకొక విలువ

సంపూర్ణోత్సాహము నిచ్చే సంతోషమె జాతికి చలువ
ఆనందము మకరందమ్ముగను జ్ఞానివిగా గెలవాలి
అన్నిట అందరి మెప్పుల నందుకొనుచు నిలవాలి

14. తపస్సు

మట్టితోడ తయారైనదీ దేహము
మనమద్దెకు తీసుకొన్న మలిన గేహము
అద్దె కొంప ఎప్పుడైన మనది కాదురా!
అది శాశ్వత నిలయమెపుడు కాబోదురా!

మంచితనం పెంచుకొని వంచన కరగించుకొని
త్రికరణశుద్ధిగ భావోత్తేజము కలిగించుకొని
దేవదేవు నను(గ్రహము రావాలని కోరుకొనుట
సేవామయ చిత్తవృత్తి కావాలని తలపోయుట
మనుగడ సుఖమయమగుటకు మాననీయ నవపథం
మన ధర్మబలాన ఫలించును గణనీయ మనోరథం

ఊహలలో దొరలునదే మాటలలో పారలాలి
మాటలలో మెదలునదే చేతలలో మెరవాలి
ఒకదానికి మరియొకదానికి ఒద్దికయే కుదరనిచో
మానవతకు కీర్తి రాదు మనుగడకర్థము లేదు

15. స్వాధ్యాయము

(పేమ అనే జలముతో కామమనే అగ్ని నార్పి
నీమమ్ముగ జీవించి క్షేమము చేకూర్చుకో!
అనురాగం ఆదరణ అంతరాత్మ నెచ్చెలులుగ
మనసును మల్లెలమాలగ మార్చి తీర్చి దిద్దుకో!

చిత్తం నిర్మలమయితే శివుని కృపయు లభిస్తుంది

నియమబద్ధమగు తపస్సు నిరుపమఫలమిస్తుంది

స్వాధ్యాయమ్మెపుడు తపశ్శక్తివలన పెంపొందును
వేదాధ్యయనమ్ముచే - వివేకమ్మును నరుడందును
గీతాధ్యయనమునుగూడ స్వాధ్యాయమ్మే యనిరి
పాతకహరమగు శక్తిని గీతవలన అందుకొనిరి

కోరికలను గెలుచుటకీ తీరు మనకు ప్రధానము
పతంజలియె వచియించిన పావనమగు విధానము

మహిత నియమ శక్తికి లొంగి మమతల మహిమలకు పొంగి
స్వారస్యము గుర్తించి సహనమ్మును వరియించి
సంతృప్తికరమార్గమ్మున సముచిత సాధన సలుప
సర్వము సాధ్యమ్మగును సమతల దివ్వెలు వెలుగును

16. ఈశ్వరార్పణము

సర్వవ్యాపకుండయిన సర్వేశ్వరుడు
సద్భక్తికి వశుడగునను సత్యమ్మును గుర్తించి
సర్వార్పణమొనరించి సాధనమ్ము గావించి
సఫలత నందుటయే - ఈశ్వరప్రణిధానం

పరమాత్ముని అనుగ్రహము పరిపూర్ణమ్ముగ లభింప
భక్తియున్ సమాధిస్థితి బడయవచ్చు నిదియె ప్రధానం
నీవు ప్రపంచమునంగల నిత్యవ్యవహారసరళి
నిర్మలముగ మంచుకొనుట నేర్చుటయే ముఖ్యవిధానం
సవ్యమైన సత్కృషి సాగిన సర్వము సాధ్యమ్మగునని
సర్వజ్ఞుడైన పతంజలి సలిపినట్టి వాగ్దానం

అంతరార్థములను గ్రహించి ఆత్మశుద్ధికొరకు శ్రమించి
యమనియమాద్యుత్తమవిషయమ్ముల శ్రద్ధ వహించి
ప్రజ్ఞానమ్మును గడింప ప్రతిక్షణము పాటుపడుము
విజ్ఞానజ్యోతి హృదయవీధియందు నిలుపుకొనుము

తమస్సు తానే తొలగును ఓజస్సు నిజము పెరుగును
తపస్సు తుదకు పండును యశస్సు దెసల నిండును
మనిషి అపుడు మాధవుడై మహనీయతనందును
మనుగడ మంగళకరమై మధురతనే చిందును

17. ఆ స న ము

యమనియమమ్ములు పునాది ఉపకరణము ప్రాణాయామము
ప్రత్యాహార ధ్యాన ధారణలు ప్రగతిశీల మార్గమ్ములు
సమాధియే పర్యవసానం అదే! అదే! యోగవిధానం
ఆనందభావనిధానం ఆధ్యాత్మిక విపుల విజ్ఞానం

అట్టి యోగపద్ధతి తన అంతరాత్మ కలవడితే
సాధకుడే అగును యోగి సంయమనము కలిగిన త్యాగి

లౌకికాంశములపై సుంతయు రక్తి, భక్తి, లేని విరాగి
ఆసనములు వేయుటొకటె యోగము క్రిందికి రాదు
కేవల ప్రాణాయామము యోగము కాదు
యోగపదమ్మునకున్న అర్థమ్మది విశాలము
స్వాగతమ్ము పలుకును దానికి సర్వకాలము
భాగ్యమును సృజించుకొనగ నదే ఆలవాలము
యోగ్యతలను పెంచుకొనగనదే మూలము

ఆసనాలు వేసినంతమాత్రమ్మునవే
భాసుర యోగప్రవృత్తి పట్టుబడదురా!
ఆసనాలు వేసి వేసి అలసట చెంది
అది నిశ్చల యోగమ్మని అనుట తగదురా!

స్థిరతను సుఖమును గూర్చెడిదే ఆసనం
పరమ యోగజీవితమ్ముపైన శాసనం
ధ్యానమ్మునకనువైన విధానమ్మె శాసనం
తత్త్వదృష్టి నలవరచే ధర్మ శాసనం

18. కుండలినీ - ప్రాణాయామము

ప్రాణాయామ సాధనమనగా అనాయాసమనుకొనరాదు
గాలి పీల్చి కుంభించి వదలుటే ఘనకార్యమ్మని తలంచరాదు
లవలేశమ్రశ్రద్ధ జేసినను లాభము శరీరమునకే లేదు
వాయు నిరోధం ప్రాణాయామం కానేకాబోదు
ఆహారవిహారారోగ్యమ్ములందరికొకటే కాదు

ప్రాణాపానవ్యానోదానసమానములనియెడి పంచకము
ఉత్తమ గురువుల యుపదేశముతో నొసగు నుజ్జ్వల సత్పథము

వాయువు పీల్చుట పూరణ సల్పుట వరుసగ విడిచెడి పద్ధతులు
ఆనందవిషాదాదులబట్టి అంతరాలు గల సంగతులు

గాలిని పీల్చిన కాలముకన్న నాలుగింతలధికము కుంభకము
రెట్టించిన కుంభకకాలము రేచకమునకవసరము
ప్రతిదానిని క్రమక్రమముగా ప్రబలము చేయుట మేలు
ముందుగ రేచకపూరకాలతో మురియ కుంభకమునకది వీలు

పూరకకుంభకరేచకత్రయము కోరి రక్తమును శుద్ధి జేయును
తీరు నెరిగి నాడులకు నరములకు సారమ్మను సమకూర్చును

ఊహాశక్తి వాచికశక్తి ఉన్నత భౌతికశక్తి
జ్ఞానశక్తి ఇచ్ఛా క్రియశక్తులుగా నిల్చుట శాస్త్రప్రసిద్ధి
ఇచట గలుగునది త్రికరణశుద్ధి ఇది నిజమ్ముగా త్రికరణసిద్ధి
త్యాగం శ్రద్ధల సాధిస్తుంది యోగమందు మన బుద్ధి

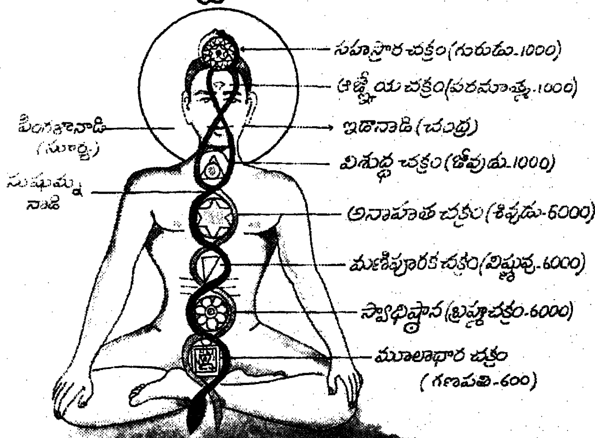
మూలాధారం స్వాధిష్ఠానం మణిపూరకమనాహతం
విశుద్ధమాజ్ఞాచక్రములనియెడి విశిష్ట చక్రములిట ఆరు
దళసహితములై తళతళలాడుచు వర్ణమ్ముల పహవాసము గనుచు
రమణీయములగు షట్చక్రాలకు రంగులు సైతము గలవిట ఆరు

వెన్నుక్రిందుగా మూలాధారం కాలేయాగ్రం స్వాధిష్ఠానం
పొత్తికడుపుపై మణిపూరకము హృదయమునందు అనాహతము
గుండె పై వరస విశుద్ధము కనుబొమ్మలమధ్యన అజ్ఞాచక్రము

మూలాధారమను చక్రమున కుండలినీ శక్తి
నిలిచియుండునని జ్ఞానులు నిశ్చయమ్ము గావించిరి
కుండలినీశక్తితోడ భగవానుని సేవించిరి
పండిన అనుభవముతోడ పరమాత్ముని ప్రార్థించిరి

మూలాధార పరివేష్టితమై కుండలినీ ఊర్ధ్వగమనము
సహస్రారచక్రప్రవేశము జరిగే విధమొక విచిత్రము

షట్చక్ర వివరణము



కుండలినీ ప్రయాణం (21,600 హంసలు)

శరీరమున గల సర్వశక్తులకు సముచితమ్మయిన తేజము నిడుచు
సమగ్ర శోభను సంతరించుచు సాగే పద్ధతి పవిత్రము

మూలాధారము మొదలుకొని విశుద్ధచక్ర విహారణము
పంచభూతముల నన్వయించుకొని
పంచేంద్రియముల పరీక్షించుకుని
శబ్దరూపరసస్పర్శగంధముల సమ్మేళనమును జరుపుకొని
శ్రమియిస్తేనే కుండలినీ జాగరణమ్ము జరుగును

ప్రాణాయామం కుండలినీ ప్రక్రియలన్నవి ప్రధానమ్ములు
యోగ్యుడైన అధికారికిమాత్రమె భోగ్యములాయా విధానమ్ములు

ఆ కుండలినీ ప్రకోపమంత సులభమగునా ఏమి?
అది క్రమముగ సహస్రారమందుకొనుట తేలిక ఏమి?
ఆసనములు ధ్యానమ్ములు అందుకనువయిన సాధనము
సాధనలో గల రహస్య సంపదయే మూలధనము

ప్రాణాయామము చేసేవారు బ్రహ్మచర్యమును పాటించాలి
ఉద్రేకాల ఉగ్రభావనల ఊసులేక చరియించాలి
యమనియమములాహారవిషయమున క్రమము ననుసరించాలి
మమతయందు తరతమములు మాని సమతతో వ్యవహరించాలి
సాధకుడెవ్వాడు ద్విగుణీకృతమగు శక్తి గడింపగ శ్రమియించాలి
సాధనలో జాగ్రత్త వహించి సముచిత పథాన పయనించాలి

ప్రాణాయామ కుండలినీ సాధన సలిపేవారు
విస్తృతమగు నిశ్చలమగు విశ్వాసము కలవారు
అసాధారణ త్యాగానికి అలవాటు పడినవారు
అమితమైన శ్రద్ధ నాత్మయందు విలువగలవారు
మూలాధారచక్రముకడ ఆలయాన్ని నిర్మించుకొని
ప్రాణాయామమ్ము వలన ప్రబుద్ధమ్ము గావింపబడి
ఊర్ధ్వగమన శక్తిని జూపి ఉరవడినా కుండలినీ
సహస్రారమను సప్తమ చక్రమ్మున ప్రవేశించు
అనుపమానలీల నాత్మకమభూతిని వెలయించు
అహరహమ్ము సాధకునకు ఆనందము కలిగించు

అపుడు దేహమున రక్తశుద్ధి అపుడు మానవునకాత్మసిద్ధి
అపుడాకృతిలో ఓజస్సు అపుడు మోమున తేజస్సు
అపుడు గళమ్మున సుమధుర నాదం అపుడత్యద్భుతజ్ఞానవినోదం
అపుడు కనులలో తళుకు అపుడు జీవితమంతయు కులుకు

రేచకపూరకములతో ప్రాణాయామమ్మొనర్చి
కుండలినీశక్తికొక్క క్రొత్త దీప్తి కలిగిస్తే
అది సుషుమ్నానాడిద్వారా అత్యున్నతశిఖరమెక్కి
అమూల్యమౌ ఆనందమ్మును అనుభూతికి తెస్తుంది

సహస్రారమున నది జేరి సమాధిలో సాధకు నిల్పి
నిర్వచింప సాధ్యముగాని నిశ్చల సుఖమిస్తుంది

ఉరగము తన నోట తోక నొరసి పట్టుకొనువిధముగ
స్థూలమునుండియె పయనము సూక్ష్మమువంకకు జరుగుమ
కుండలినీ శక్తికి గల గొప్ప గుణమది
కోవిదుల సాధనలకు కూర్చు ఫలమది

కుండలినీ సర్పాకృతితో గోచరించుట సత్యము
ఫణిరాజు వాంఛ - వాయుభక్షణమేగద నిత్యము
పూరక కుంభకరేచకాలతో పూని కుండలిని మేల్కొలుపు
పుష్కల వాయు స్థంభనతో పూర్తిగా పయికి నడుపు
అంతరాత్మ వైభవాన్ని అదుపునందు నిలుపు
శాంతిని, కాంతిని, స్థాయిని మనసునకు మలుపు

నాగమనగ సర్పమ్ము - గజము, నాగనాగ భేదమ్మధికమ్ము
స్థూలరూప స్థూలాహార స్థూలగమనముల త్యజియించి
సూక్ష్మరూప సూక్ష్మాహార సూక్ష్మగమనముల వాంఛించి
కరిమాదిరి బరువుగాక కాలనాగువలె తేలికయై
సాధకుడందును సంబరము తరగని సంబరమ్మే వరువికి వరము
శక్తి సమన్వితసుఖకరము సర్వజనములకు శుభకరము

షట్చక్రోపరిసంస్థితగా సహస్రదళపద్మస్థగా
జగన్మాతగా సంస్తుతింపబడు శక్తియె కుండలినీశక్తి
లోకాలను నడిపించే శక్తి చీకట్లను తొలగించే శక్తి
జ్యోతిర్దీప్తుల వెలుగున శుభముల వర్షించే శక్తి
నీతిని, నియమమును జాతి నిర్మలహృది వెలయించే శక్తి
ఆనందం కలిగించే శక్తి అవనికి ఆధారమ్మగు శక్తి

భౌతికశక్తులపై జయ సాధన సమకూర్చుకొనే సద్గురుబోధన
జాగృతి యేర్పడునపుడాధ్యాత్మికసంపద లభించు ఓ పరిశోధన

సాధనవలననె దివ్యదర్శనం రామకృష్ణయతిరాజ ప్రవచనం
స్వామి వివేకానంద వివరణం ప్రేమ ప్రపూర్ణుల నిర్వచనం
జీవితమునకే శుభంకరమ్మగు క్షేమంకర దివ్యాశీర్వచనం

19. ప్రత్యాహారము

మనిషికి సుషుప్తిలో కలలు మధురజల సరస్సున అలలు
అనుక్షణం సహజములు కనులముందు కనిపించే నిజములు

గాలి పెరుగుతున్నప్పుడు కదలిక కెరటాలకు హెచ్చును
గాఢనిద్ర పెరిగినకొలది కలలకు విస్మృతి వచ్చును

గాలి తగ్గిపోయినదో కనిపించవు తరంగాలు
నిదుర చెదరి పోయినదో కలుగు స్వప్నభంగాలు

చెరువువంటిదే మన చిత్తము భావాలే అలలు మొత్తము
మనసునందు మొలిచే కోరిక మారుతమై వరలు నూరక
అంతరంగమున ఊహాలు విరియక ఆశల వానలు కురియక
అపేక్ష యను గాలి విసరక అనుభవాల కెరటాలు మసలక
అనుభూతుల విద్యుత్కాంతులు మనసు మబ్బులమాటున మెరవక
ఉండుటన్నదాక ప్రత్యాహారము ఉర్వీతల దివ్యవ్యవహారము

పంచభూతమయ మానవదేహం పెంచుతుంది ఘన వ్యామోహం
పంచేంద్రియములపైన విజయము భావనిగ్రహమ్మునకాశ్రయము
మానసికస్థితికిదే అభయము ధ్యానధారణలకిదే ఆలయము

ఇది కావాలి అది కావాలి ఎక్కడెక్కడికొ పోవాలి
అందరికిట్టి ఆలోచనపై అదుపు చేయుటయె రావాలి

అభ్యాసవైరాగ్యమ్ములు అవి వాస్తవముగ భాగ్యమ్ములు
యమనియమాద్యాచరణము క్రమశిక్షణకేకైక శరణము

ధ్యానముకడ యీ ప్రత్యాహారము దాసునివలెనే సంచారము
మానవాళి గళసీమల, మధురనాదమోంకారము
మమతల భ్రాంతిని అడించి సమత సలుపు నుపకారము
మౌనమొక్కటిమాత్రమె నిజముగ
దానికొసంగును తన సహకారము

20. ధ్యాన యోగము

ప్రాణాయామ ఫలితమ్ములుగా అష్టసిద్ధులు లభించునంట
ధ్యానభావనయె తీవ్ర భక్తిగా తాత్త్వికపథమును వరించునంట
బ్రహ్మవిద్య గురు సేవలవలననె ప్రాప్తించుట సత్యమ్ము
తదితర విద్యలు సులభమ్ముగనే దక్కుటన్నది తథ్యమ్ము

ఆసనాలు మొదలైనవానితో ఆరోగ్యము కాపాడుకొని
అభ్యాసవైరాగ్యబలమ్మున అంతరార్థము నందుకొని
ధ్యానానికి చిత్తమ్మును తగినరీతిగా మలచి
దైవానుగ్రహసిద్ధికి దారి సుగమమని తలచి
యోగభావదీప్తుల నడుమ సాగి అంది సాధనఫలము
త్యాగవిభవకాంతుల మధ్య దర్శించుము తాత్త్విక పథము

కలుపులేని క్షేత్రమ్మున బీజము నిలిచి యుండులే ధ్యానము
విత్తనాలు వెదజల్లేదానికి చిత్తం కోరేది శ్రేష్ఠ ధ్యానము

ఎట్లయినా ధ్యానమనెడి ఏలికనే నమ్ముకో!
ఎలాగయిన పరమాత్ముని ఎరుక కలిగి మసలుకో!
శాంతి గోరి ధ్యానశక్తి సాధింపగబూను జనం
యమనియమములలవడకయె శ్రమకు రాదు భక్తి ధనం

ధ్యానదీక్ష కుదరగనే తత్త్వమ్మర్థమ్మగునా?
పూనిక యెుక్కింతలేక పూనిన పని సఫలమగున?
ఎచ్చటనో యీ సృష్టికి ముచ్చటైన మొదలు?

సర్వత్ర వ్యాపించెడి సర్వేశ్వరుడెచట నుండు?
ధ్యానానికి ధ్యేయమూర్తి తానగు దైవమ్మెవ్వరు?
ధరాతలము శిరమునగల పరాత్పరుని తత్త్వమేది?
ఆయన కారుణ్య బలం అందుకొనేదేవిధముగ?
ఆయన అనురాగామృతమార్జించేదేపద్ధతిగ?
అనుకొని స్మరియించువారికన్నింట విజయము దక్కును
ఆ పథాన జపియించేవారికి అన్ని ఫలితములు చేజిక్కును

ప్రేమభావనిలయుడైన స్వామి దయాజలనిధి

ప్రేమగ పేరుతో పిలిచిన కోర్కె దీర్చు పెన్నిధి

దైవనామ సంకీర్తన దానికి దగ్గర బాట
పావన చిత్తమ్మొక్కటె కట్టగలదు బంగరుకోట

చిత్తం నిర్మలమయితే సిద్ధించునులే సర్వం
జీవితాన సాధకతతికది భావింపగ నిత్యం పర్వం

సమయమ్ము నుపాసనకు సరిగాదది లెక్కించుట
సవ్యమైన విధమొక్కటె సముచితముగ స్మరియించుట
ధ్యానరహస్యమ్ము లెరిగి తరియింపగవలయును
మాననీయమార్గమ్మున మనుజులు మురియగవలయును

21. భక్తి యోగము

వేదాలు భక్తితో వర్ణించు దానికి
వెలుగయిన దైవాన్ని కనుగొనుటె లక్ష్యము

సృష్టికి మూలమై సేవించువారికి
ధ్యేయమై నిలిచేది పరమాత్మయే
శ్రేయమ్ము నంది సర్వేశ్వరుని స్మరియించి
సిద్ధినందుకొనేది జీవాత్మయే

ఉపనిషత్తులు ప్రవచించిన బ్రహ్మమును
పురుషుడన్నవి మన పురాణమ్ములన్నియును
మరల నా పురుషుని బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ
వర నామముల ముప్పేరిగ మార్చి తలచినవి
చిరమనోరథములు చిగురించ - ఫలియించ
గురుభావమున మెచ్చుకొని కోరి నిలిచినవి
తనివి దీరక ముప్పురే మూడు కోట్లుగా
దేవతల రూపాన దీపించుచున్నవి
మనసు వలచిన లీల మధురాకృతులతోడ
మన ఎదుట నిలిచి పూజలనందుచున్నవి
ఇట్లు భావించుట తప్పు లేదన్నా!

ఇష్టమగు పేర్ల సేవింపదగునన్నా!

జలధిలో చెలమలో కాల్వలో బావిలో
కలశమ్మునందైన కడవయందైన
నిలిచియుండేదెల్ల నీరేనన్నా! కాదన్నచో అవివేకమగునన్నా!
వాదించుచో వెఱ్ఱివాడందురన్నా!
వాస్తవము గుర్తించి వరలుమో యన్నా!

ప్రేమభావనకు ప్రాణం త్యాగం భక్తి వైఖరికి బలమనురాగం
ఏది తరిగినా కాదది యోగం ఇదే! ఇదే! నిజమైన విభాగం

కాలు జారి కాలువలోబడు తన కన్నబిడ్డను గాంచిన తల్లి
కాల్వ ఉరవడిని గమనింపకయే గంతువేసి లోనికి దూకింది
ప్రమాదాన్ని మదిలో భావింపక సమాధానవైఖరి నాశింపక
పసివాడిని గట్టునకు నెట్టి తన ప్రాణమ్మును బలిపెట్టింది
ఇది చదువులు చెప్పని విషయం ఇది బోధలకందని విషయం
ప్రేమ త్యాగమై పెరిగిన విషయం
త్యాగమె ప్రేమగ మారిన విషయం

మనిషికోసం జరిగే త్యాగం ప్రేమరూపమును ధరియిస్తుంది
భగవంతునిపై చూపే ప్రేమయె భక్తి పేరుతో ఫలియిస్తుంది

విశ్వప్రేమకు కేంద్రబిందువై వెలుగు జిలుగులను వెలయింపంగల
సర్వేశ్వరుని సదా స్మరియించి సకలమ్మాయనకడ నర్పించి
నీవేతప్ప నితఃపరమెరుగను రావె! ఈశ్వర! కావవె! వరదా!
అన్నావంటే అదిరా త్యాగం అదే! అదేరా! భక్తియోగం

భక్తి రెండు విధములు వైధి పరా పథములు
జీవితయాత్రకు మేలు చేయగలుగు రథములు

జపతపాదులాచరించి కర్మకాండ నొనరించి
కర్తవ్యం నిర్వర్తించే పథము - వైధిపథము

బాహ్యాచరణమును వదలి భగవంతునికొరకు కదలి
సత్యశుద్ధ సంకల్పము స్వాంతమ్మున మెదలి
పూజల సంకీర్తనముల పొంతబోక దిటవుగ నిలచి

వేషాలకు భాషలకు విలువ యివ్వననుచు తలచి
సర్వం పర్వేశ్వరుడను సంపూర్ణ విశ్వాసముతో
సాగిపోవు సముచిత యోచన పరాభక్తిమార్గము

బాహ్యాచరణమున మనసు ప్రసరింపగజేసి
బాహ్యభక్తివలన 'ముక్తి బడయ ముక్కు మూసి
అర్చనతో కీర్తనతో ఆకృతితో ఆశతో
అందుకొనగలేవయ్యా! హాయి! అంటున్నది మీరాబాయి

నేనే బ్రహ్మము నమకొని నిర్మలమగు పథమును గని
ఉపనిషత్తులందించిన ఉత్తమ సందేశము విని
ధరణియందు గల లౌకిక తత్త్వమ్ముల నన్నిటి గెలువుము
బ్రహ్మవిదుడవై నిలువుము పరమాత్ముని పదముల కొలువుము
ఇదే! ఇదే! యోగౌన్నత్యం ఇదే! ఇదే! యిందరి సత్యం
ఇదే! భక్తిపథమున నిత్యం ఇదే! నిలిచి మెరిసే ముత్యం

22. వివేక - వైరాగ్యములు

దైవాన్ని స్మరియించి ధర్మాన్ని వరియించి
త్యాగాన్ని ఆశ్రయించి యోగాన్ని ఆరాధించి
మానవతను పెంపొందించు మాధవతను సంపాదించు

ఇహంమీది మమతను వదలు అహం మరచి ముందుకు కదలు
అందరిని ఆత్మరూపముగ భావించుటకిదియే మొదలు
వేదశాస్త్రముల సారమిది విశ్వశాంతికి మూలమిది

క్రోధానికి కొరివిని పెట్టు భేదాల నవలికి నెట్టు
కోరి పరులకుపకారమ్మును కొసరి కొసరి చేసి పెట్టు
అపుడు మనిషికానందం అపుడు కలుగు బ్రహ్మానందం

కరుణ పెరుగవలె కర్తవ్యములో ఘనత పెరుగవలె ఆచరణములో
కలవాడని లేనివాడని తలపులు కలగా మిగులవలె
కలుషరహితమగు భావన కలిగియుండుటక్కరకు రావలె

కలిమికన్న మిన్నగ శక్తి చెలిమికి సమకూరగావలె
అదే ప్రేమ రాజ్యము! అది అనుభవ సామ్రాజ్యము!

23. శ్రద్ధా - త్యాగములు

శ్రద్ధతో వస్తుంది ఆత్మవిశ్వాసం
అది జారితే జరిగేది అంతా మోసం! అంతా మోసం!

శ్రద్ధవలన మంచి బాట కనిపిస్తుంది
అది సిద్ధిస్తే జ్ఞానపుకోట లభియిస్తుంది తప్పక లభియిస్తుంది

సాధనా సామ్రాజ్యానికి శ్రద్ధయే మూలధనం
అమృతత్త్వమే త్యాగము అది అనుభవరసాయనం
మహానుభవరసాయనం

విశ్వసించి త్యాగానికి విధేయతను చూపించు
వినయవిధేయతల చూపించు
విశ్వాసరూపుడయిన విశ్వాత్ముని దర్శించు
విపుల విశ్వమయుని దర్శించు

గురువు కనుల దెరిపిస్తే లఘువు గురువుగా మారు
సిద్ధుడైన గురువువలన శిష్యుడు తరియించితీరు
ప్రతి శిష్యుడు తరియించితీరు

ప్రేమమూర్తియై మెరసిన రామకృష్ణ గురువాణియె
వివేక మేఘమై ఉరిమెను విశ్వవిలయమును తరిమెను
సర్వ విశ్వ విలయముల తరిమెను

శాస్త్రాలు పురాణాలు సకల భాష్య వివరణాలు
భగవద్విశ్వాసానికి ప్రముఖములగు కారణాలు
బ్రహ్మజ్ఞానార్జనకు పలురీతులు ప్రేరణాలు
బ్రహ్మతత్త్వమనే భవన ప్రాంగణాన తోరణాలు
పూల తోరణాలు, మేలిమి తోరణాలు

అహంకారమన్నది విడు ఆత్మశక్తితోడ నడు
విమర్శించువారిపైన వెఱ్ఱిగ కోపించకు
విజ్ఞులయినవారిపట్ల వెకిలితనము చూపించకు
నీ ఎదుటివానిని గని నీవనుకొని ద్వేషించకు
జీవులంతా అపుడు హితులు పరివారా బృహస్పతులు
నీలోనే భగవంతుడు నీవు నాడు ధీమంతుడు

నరుడా! కనుగలిగి యెరిగి నడచుకో!
నారాయణత్వాన్ని గెలుచుకో!

నిశ్చలతయె నీ సుగుణం నిర్మలత్వమొక మధనం
రెండింటికి పూర్వజన్మరీతితోడ బంధనం

జన్మజన్మల సంస్కారాలు జనింపజేయు వికారాలు
వలదు వలదు ఛీంకారాలు వదలుకొనుము మమకారాలు

స్వప్న జాగ్రదవస్థలకు సంబంధము గ్రహియించు
ఇల జరిగేదే చివరకు కలయౌట గమనించు

అంతరంగ పీఠముపై ఆడుకొనే మన ఆటలు
ఎన్నో జన్మలనుండి ఎదుగుతున్న పాపపు మూటలు

ధార్మిక జీవనరీతికి దారాపుత్రాదులు ముఖ్యులు
తల్లిదండ్రులాప్తులు మిత్రులు దగ్గర బంధువులు ఘనులు
కాదనుటకు వీలుగాని గణనీయులు వీరెల్లరు
అయితే యీ మమతలకొక హద్దున్నది గుర్తించు
ఆ పరిధిని చెరుపుకొనక ఓపికతో వర్తించు
మనిశాల ప్రేమ హృదయు సూక్తులనే స్మరియించు
ప్రవిమల భావామృత జలపానమ్మును వరియించు

జ్ఞానమిచ్చు గ్రంథమ్ములు మాననీయులగు గురువులు
భక్తి బుధుల పాదసేవ వైరాగ్య జ్ఞానమ్ములు
వరుస వరుసగా జనులకు వరములగుచు సహకరించు
జనుల మత్తమాధికార సత్పథమున నడిపించు
సాధనాఫలప్రదాన శక్తిని సంపాదించు
సముచిత వాంఛల గడింపజాలు బాట చూపించు

24. కల్పతరువు

జాతికింత పరువు నిల్పు బంధువు గురువు
సకల వైభవమ్ముల నిడునట్టి కల్పతరువు
ఆయన దయయున్న జ్ఞానమందవచ్చును
ఆయన దీవన నరునికి అమితశక్తి నిచ్చును

గురువు జాతికెల్లప్పుడు పరబ్రహ్మము
గురువు కరుణ మనపాలిట మహాదృష్టము
గురుశక్తిని గుర్తించని గుణవిహీనులు
పరాశక్తి కృప బడయని భాగ్యహీనులు
గురుపూజల సలుపనివానికి పరమేశ్వర పూజయు దక్కదు
గురుప్రేమను కోరనివారికి పరమాత్ముని ప్రేమయు చిక్కదు

చదువులలో సారమెల్ల సంపాదించి
శమదమాది సద్గుణముల శక్తిని గుర్తించి
అహంకృతిని విసర్జించి అనురాగము ప్రకటించి
ప్రతివారిని దైవమువలె భక్తితోడ భావించి
సజ్జన సాంగత్యముతో సౌశీల్యసంపద పెంచి
శత్రుభావమేకొలదియు దరిజేర్పక త్రుంచి
దైవానుగ్రహమ్మునకు తగిన అర్హత గడించి
ప్రతి నరుండు నారాయణుడై ప్రకాశించుటవసరం
ప్రతి మనిషియు మాధవుడగుటే ప్రార్థించి కోరువరం
ప్రతి జీవుడు శివుడగుటకె ప్రయత్నించు నిరంతరం
అర్షధర్మ లక్ష్యమ్మదియే ఆర్యకోటి ధ్యేయమ్మదియే

25. జ్ఞానయోగము

నిర్మలత్వమలవడితే నిజము మనము బ్రహ్మము
మనము బ్రహ్మమెువరించుటె మానవతా ధర్మము

బ్రహ్మకు మనమకు భేదభావము కనిపించనినాడు
బ్రహ్మము మనమగుట, మనము బ్రహ్మమగుట తథ్యము చూడు

బంధాలను తొలగించే ప్రశాంతత రహించును
పావనజీవనలీలా భద్రత లభియించును
దీని పుణత పండినచో దేవదేవ కృప లభియించును.
ఆత్మశక్తి పెంపొందిన అవని ఓదలను దించును.
బ్రహ్మవిద్య లభియించిన ప్రపంచమే తల వంచును
జ్ఞానమార్గసంచారానికి గమనశక్తి సిద్ధించును

గౌతముడు కణాదుడు కపిలుండును పతంజలియు
జైమిని వ్యాసమహర్షులు జగతికి షడ్దర్శనకర్తలు
వివిధ కోణములలో తత్త్వము వివరించి చెప్పారు
సందేహ గ్రంథుల నన్నిటి సాంతముగా విప్పారు

వేదాంతసూత్రములన్నా బాదరాయణసూత్రములన్నా
బ్రహ్మసూత్రపరంపరలన్నా భగవాన్ వ్యాససూత్రములన్నా
ప్రజ్ఞామయసూత్రములే! బ్రహ్మవిద్యాసూత్రములే!
సముచిత గౌరవరీతికి సర్వకాల పాత్రములే!

జ్ఞానయోగసిద్ధికొరకు కదలి ముందుకడుగు వేయ
త్యాగం ఎదుట నిలుస్తుంది తన సంగతి వినిపిస్తుంది
త్యాగరహిత జ్ఞానానికి యోగబలము చిక్కదు
సర్వం సన్న్యసింపకున్న జ్ఞానశక్తి దక్కదు
కావునవే జ్ఞాని బ్రహ్మభావమునై మెలగును నిత్యం
ధీవిభవపూర్ణత బ్రహ్మభావమునకె దొరకుట సత్యం
సన్న్యాసుల హితమును విని శాస్త్రవేత్త కావచ్చును
బ్రహ్మతత్త్వబోధనతో పండితుడై మనవచ్చును
కాని త్యాగదృష్టిలేక కాగలడా బ్రహ్మవాది?
త్యాగానుభవమ్ములేక కాగలుగునె బ్రహ్మవినోది?

జీవ దేవ భేదము నెరుగని స్థిరచిత్తుడె బ్రహ్మజ్ఞాని
బ్రహ్మవిన్ని వేవే యని పలుకగల్గిన తొలగును గ్లాని

26. ఉపదేశసారము

మానవా! ఇది ఉపదేశం మహర్షి యిచ్చిన నవసందేశం
ఇరువదియవ శతాబ్దానికే యిది మహత్తరాదేశం

శుద్ధబ్రహ్మలక్షణమ్ము సిద్ధించుట ధ్యేయము
స్త్రీ పురుష తారతమ్య చింతనయే హేయము
మగువయొ! మగవాడొ! మంచి మనసుండుట శ్రేయము
విధిగా మొదలగునప్పుడె విశ్వమాతనాధ్యాయము

సాధనలో రహస్యాన్ని బోధనగా భావించి
బాధామయజీవిత పరిశోధనమ్మునన్ జయించి
తాత్త్వికభావానుగుణ కృతార్థత్వము సాధించి
ధార్మికవిజయమున భగవదనుభూతిని ఆర్జించి
సఫలీకృత మనోరథత్వాన్ని కోరుకో!
సత్పథాన సాగి కేంద్ర సమీపమ్ము చేరుకో!
మానసాన్ని బృందావనమందిరముగ మార్చుకో!
మాతాజీ నిస్తుల దీక్షా మహిమలందు కూర్చుకో!

స్వాధ్యాయమె అమృతగంగగా రామకృష్ణ దయ ఉప్పొంగగా
బాపట్లయు, భీమునిపట్నము పావనాశ్రమమ్ములుగా
నీ సాధన సాగించుము నీ గళాన్ని మ్రోగించుము
ఈర్ష్యాసూయల జయింప యిట్లే తపియించుము
తొలగిపోవు ఖేదము కలిగి తీరు మోదము
అంతరంగ శక్తులకపుడే అర్థమగును వేదము

నైతిక జీవనసరళి నందనందమని మోహనమురళి
నరనారీజన హృదయకుహరమున నవరాగాలానవరవళి

సాధకునకు శాంతి దాంతి సర్వదా అవసరం
జన్మతారకమునకు వాని సంపాదనయే వరం

కాషాయం కట్టినను కాసంత నియమము లేక
ద్వేషాన్ని వెలయిస్తే దేవత్వము సిద్ధించునె?
పంచదారవంటి పలుకు పలుకుతున్నమాత్రమ్మున

భక్తిలేనివారి కృషికి పరమాత్ముని కృప లభియించునె?

మనసంతా సర్వేశ్వరుడై మమత దివ్యమంత్రమై
దీనుల నర్చించుటయే దేవదేవు నారాధనయై
న్యాయసత్యకారుణ్యాలకు నవ వేదిక అంతరంగమై
నవనీతసమాన భావనారీతియె ఆలోచనయై
అందరనాత్మీయులుగా అలరించే బుధుడె యోగి
అందరి మేలును గోరును అతని గుండె తీయగ మ్రోగి

27. అనుభవవాణి

మాకు వద్దీ తారతమ్యాలు ఇక మాకు వద్దీ భేదభావాలు
మనిషి మనిషికిమధ్య మంట మండే పద్ధతి వద్దు
తెలిసి తెలిసి చెరుపు దెచ్చు తెలివితేటలిక రద్దు
మురిపించే సమైక్యతను కురిపించే వైఖరి ముద్దు
కలిసిమెలసి జ్ఞానయోగబలముకొరకు సాగుటె హద్దు

ఆత్మ అందరిదీ ఒకటే అనే అనుభవవాణే
సర్వమతసారమ్మే కమ్మనై స్వామీజీ బాణే
సాధనలో హృదయమగును శక్తిమంతమగు మాగాణే
గళమున రంజిల్లు సదా సర్వోన్నత ప్రేమవాణే

త్రికరణముల శుద్ధివలన దేవత్వం సిద్ధిస్తుంది
వాత్సల్యంవలన ప్రేమభావధనం లభియిస్తుంది
గుండెనిండ అమృతధార కోరి తొంగి చూస్తుంది
జీవిత చరితార్థతకొక స్థిరమార్గం కనిపిస్తుంది

చీకటి తెరలను పొరలను చీల్చుకొనుట యిక మేలు
ద్వేషామాయాగ్నిజ్వాలల ఘోషల గగ్గోలు చాలు
ఆధ్యాత్మికచింతనాబలమ్మది పండు వెన్నెల జాలు
ఆ వైపున గలదు శుభములందుకొనగ తగిన వీలు

28. అనుభవానందము

ఇది అనుభవానంద హృదయనందనము
ఇది పరమపావన భక్తి చందనము
ఇది నూతనాధ్యాత్మికతరంగసందోహము
ఇది మాతాజీ కారుణ్యగంగాప్రవాహము

మనిషిమనిషికి మధ్య మంచినే పెంచి
ప్రేమభావనకు దోహదము గావించి
ఇచట తొలగించె మానవమానస గ్లాని
రామకృష్ణయతీంద్ర రమణీయవాణి

ఇచటనే లేత చిగుళ్లెన్నొ మెక్కి
గ్రంథరసాల శాఖలమీదికెక్కి
కలకంఠమున తత్త్వకథనమ్ము సల్పి
ఒక కోయిలమ్మ రసోజ్జ్వలమ్ముగ బాడె

పుంభావ శారదాపూర్ణస్వరూపమ్ము
మధుర వాచస్పతి మహిమా విశేషమ్ము
ఉపనిషత్తుల నవాభ్యుత్థాన విభవమ్ము
ఆధ్యాత్మిక ప్రసంగానంద నిలయమ్ము

స్వచ్ఛ సుమ సంపదల జల్లులలో సదా
శారదారామకృష్ణార్చనము జరుగు నిట
వెండి వెన్నెలవంటి విమలాశయమ్ముతో
సాధు భావనయె కొనసాగు నిచ్చోట

పదపదమ్మున రసభంగిమలు విరియ
ప్రతివాక్యమున దైవభక్తి పొంగార
హృదయాలు పులకింప మది పల్లవింప
ఒక రాగధార సరు మాపు నిచ్చోట

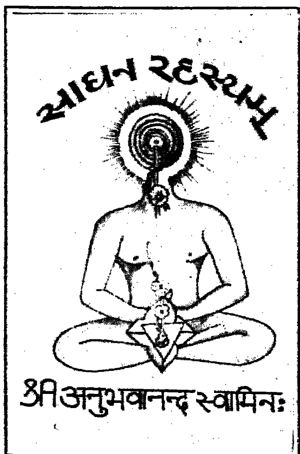
ఈ జ్ఞాన తీర్థమునకివె నమస్కృతులు
ఈ వివేక క్షేత్రమునకివియె జేజేలు
ఈ రామకృష్ణాశ్రమ ద్వయమ్మునకు
ఇవె నతులు నుతులు దిగ్విజయసంతతులు

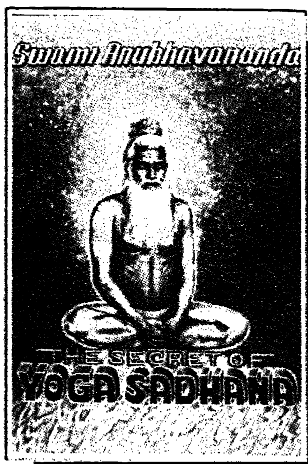
శ్రీ అనుభవానందస్వామి పాదార్పణమస్తు

29. దివ్యాశీస్సులు

(సాధనరహస్య గ్రంథముకొరకు శ్రీ అనుభవానంద స్వాములవారు వ్రాసిన నాలుగు-ఐదు ముద్రణల ఉపోద్ఘాతములనుండి)

చ దు వ రు లా రా!

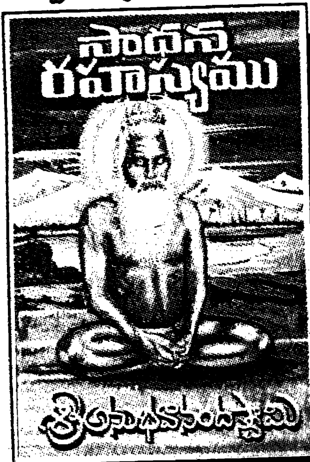




ఆశీస్సులు. భగవంతుడి అపార దయావిశేషం చేత నేను మాతాజీకొరకు పుట్టటం మీకందరికీ తెలిసిందే. అప్పటినుండి నేటివరకు హిందూదేశంలో - తెలుగువారున్న తావులకంతా నన్ను తిప్పారు పాఠకులు. ఎంతమంది నన్ను చూచి ఉప్పొంగిపోయారో! ఎంతమంది తమ సందేహాలను రూపుమాపుకొని ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో స్థిరత్వం, అభివృద్ధి సంపాదించారో! ఎందరు నన్ను పారాయణ గ్రంథంగానేమి, పూజింపబడే మూర్తిగానేమి ఆరాధించారో నేను చెప్పలేను. అవన్నీ తలుచుకుంటే నాకే ఆశ్చర్యం వేస్తున్నది.

'అమ్మా! సాధనరహస్యమా! నీ తాత్పర్యాన్ని గ్రహించాం! నీ అడుగు జాడలలో నడుచుకుంటాం! అనేక సహస్రసంఖ్యాకులైన ముముక్షు హృదయాల పరివర్తన, పరిణామాలకై సంతతాభివృద్ధికోసం నీవు త్వరత్వరగా ఎన్నో ముద్రణాలను పొంది,

విశ్వ వ్యాప్తి గడించి, అంతట నీవమై విరాజిల్లెదవుగాక' అని పరమేశ్వరుని ప్రార్థిస్తామమ్మా! అట్టి నీ మహద్రూపాన్ని కన్నార చూడటానికి నిరీక్షిస్తుంటాం తల్లీ' అని నిష్కల్మషముగా ఆర్తితో అంటున్న సాధకులకు సర్వానుభవాలు ప్రసాదిస్తూ, అందరికి సంతృప్తిని కలుగజేస్తూ, సర్వుల సందేహనివారణ చేస్తూ, పిరికితనాన్ని రూపుమాపుతూ తిరుగుతున్నానో, భగవంతునికే ఎరుక. ఈశ్వరానుగ్రహవిశేషం!





మన మాతాజీ యింతటితో తృప్తి పొందలేదు. ఇప్పుడు నన్ను కొత్త కొత్త అలంకారాలతో, చూచినవారికంతా ఎంతో ఆనందం కలిగేటట్లు తయారు చేసి, మరల నా భక్తుల దగ్గరకు పంపుతున్నది. నేను సంతోషిస్తున్నాను. నన్ను సహాప్రాధికంగా సాధకులు చదువుకొని, వారి వారి సందేహాలను తీర్చుకుంటూ, మార్గంలో దూకి పరిగెత్తుతూ, త్వరలో ఆధ్యాత్మికానుభవానందాన్ని పొంది, పరమేశ్వర కృపా సిద్ధి పొందెదరుగాక అని తీవ్రంగా ప్రార్థిస్తున్నాను. అందరికి ఆనందం, ఆశీస్సులు.

ఇట్లు,
మీ శ్రేయోభిలాషి,
సాధన రహస్యము,
అనుభవం.

అతడే మన దిక్కు.
అతడే మన గమ్యం.